



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG17346	<b>ImageGroup:</b>	I1KG17349
<b>LCCN:</b>	2003313731	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	ཤེས་རིག shes rig
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	dharamsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	bod gzhung shes rig las khungs/
<b>Date:</b>	2002-2011
<b>Volume:</b>	2
<b>Total Volumes:</b>	15
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



D29862

# ପ୍ରସିଦ୍ଧି



କିନ୍ତୁ ଏହା ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରକାରର ପୁସ୍ତକ ଅଟେ ।





D 29262

འདོན་ཐེངས། གཉིས་པ།

ཐུ་ལོ་ ༡༠༠༩



བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

Class No:

Acc. No. D:29862 (M-78)

LTWA (Manuscript)

DHARAMSALA. H.P.

ཐེམ་པེ་ཐེངས།

བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁྲུངས།



# ཆེ་རིང་དུག་སྒྲོར།

(ཁ་ཤོག་རི་མོའི་འགྲེལ་བཤད།)

ཀུན་གཟིགས་པའ་ཆེན་མོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་མཛད།

༥ སྒྲོན་ཆེ་མ་དུ་ཅི་ནའི་ཡུལ་གྱ་འདིར། །དུས་གསུམ་སྤུས་བཅས་ཀྱལ་བས་བྱིན་བརྒྱབས་པས།།  
མི་འགྱུར་མི་ཞིགས་ཁྱད་ཆོས་བདུན་ལྡན་པའི། །གཞི་མ་བྲལ་དོ་རྗེའི་རང་བཞིན་བྱག་རི་བསྐྱུན།།  
དེ་ཡི་དོགས་ལས་འཆི་མེད་བདུད་ཅིའི་རྒྱན། །སྤྱང་སྤྱང་རྒྱན་མར་འབབ་པའི་བརྒྱན་བཤེར་ལས།།  
རོ་མཆོག་བརྒྱད་ལྡན་འབྲས་བུས་ཡོངས་དུད་པའི། །ཆེ་རིང་སྒྲོན་མུང་རྒྱས་ཤིང་དེ་ཡི་དྲུང་།།  
ཆེ་སྤང་དཔག་མེད་མགོན་གྱི་གཟི་བྱིན་སྟོབས། །སྤིང་ལ་ཞུགས་པ་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི།།  
ཡེ་ཤེས་ཏིང་འཛིན་མངོན་གྱུར་དྲུང་སྤྱང་ཆེ། །ཆེ་རིང་གྲགས་སྟན་འབར་བ་དགེས་བཞིན་བཞུགས།།  
དྲང་སྤྱང་ཆེན་པོའི་ཆབ་གཏོར་རིལ་བུའི་ཆོགས། །ཡོངས་སུ་སྤྱད་པས་རྩི་དྲགས་ཆེ་རིང་ཐོབ།།  
སྒྲོན་འབྲས་འཆི་མེད་བདུང་བའི་རྒྱན་བཟང་པོར། །འབད་མེད་སྤྱད་པས་ཆེ་རིང་འདུབ་ཆུ་བྱུང་།།  
དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡུན་ཆོགས་མི་སྤྱིའི་སྟོབས། །བདེན་པའི་མཐུ་ལས་དུག་ལྡན་ཆེ་རིང་གཟུགས།།  
གང་དུ་མཆིས་འདིར་མི་ཤིས་རྒྱད་པའི་ཆོགས། །སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུས་མིན་འཆི་བ་ཡི།།  
འཛིན་པ་ཀུན་བཅོམ་བདེ་སྤྱིད་དཔལ་འཕྲོར་སྟོབས། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་མཁོ་ཤི་རྒྱུ་འོན་པོ་ཡོངས་སྤྱོད།།  
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞེས་དྲང་སྤྱང་གི། །བདེན་ཆོག་དེ་བཞིན་གནས་འདིར་སྤྱོན་གྲུབ་ཤོག ། །

(ཀུན་གཟིགས་པའ་ཆེན་མོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་(༡༤༡༣-༡༧༣༥)ནི་དྲགས་པོ་ཀ་ཤར་ཡུལ་དུ་འབྱུངས། ༢གོང་ས་དུ་ལོ་  
ཟླ་སྟེང་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོའི་དྲུང་ནས་སྤྲེལ་སྤྱད་གེ་ལྷན་སྤྱོད་གི་སྒྲིམ་པ་བཞེས། ༡༩༠༣ ལོར་བཀྲས་རྒྱུན་གྱི་བྱིར་ཕེབས་ཏེ་གསན་  
བསམ་ཚུལ་བཞིན་མཛད། ༡༩༠༥ ལོར་དབྱིན་ཇིས་གདན་ཞུས་ལྟར་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས། ༡༩༡༥ ལོར་བཀྲས་རྒྱུན་དུ་གསེར་ཟངས་  
ལས་གྲུབ་པའི་བུམས་སྟེང་བརྒྱུད་ཅུ་གྲུ་ཅན་བཞེངས། གཞུང་ཆའི་འགལ་བའི་དབང་གིས་ ༡༩༣༣ ལོར་གཙང་སྤྱོད་ནས་ཕེབས་  
ཤིང་། པེ་ཅིང་དང་ནང་སོག་ ཡུན་ནན། ནན་ཅིན། ཏང་ཀྲོུ། མཆོ་སྤྱན་སོགས་སུ་བཀའ་ཆོས་གནང་ཞིང་མཛད་འཕྲིན་བསྐྱུངས།  
མཐར་སྦྱོད་གུ་མདོར་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་བསྟན།)

## མཁས་གྲུབ་གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཚན།

གངས་རྒྱུང་ས་རིག་པའི་ཤིང་ན་ཐུམ་ཨ་ཙུའི་མངའ་རྒྱུ་རྩེ་ཆེ་ལོང་ཙམ་བརྩོད་པ། ལྷ་ཆོག་ས་ཆོས་གྲྭ། ༧༩

## ལྷ་ཆོག་ས་ཆོས་ཀྱི་བུ་མ་བཟང་།

གཡུང་རྒྱུང་བོན་སྐོར་གྱི་རྒྱུན་ཤེས་འགའ་ཞིག      དགེ་བ་ཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།      ༡༩༡

དག་པར་བྱེད་པའི་རྩེ་བ་སྐོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོའི་རྩོན་སྒྲུང་གི་འབྲུ་འགྲེལ།      ཆེ་རིང་བསམ་གཏུག།      ༡༩༢

ཡིག་གཞུག་ས་དཔེ་གསེར་ཁག་ཅིག      ལྷ་བཟང་ཉི་མ།      ༡༩༣



### Acknowledgement:

Financial support from SOIR-IM (Swedish Organization For Individual Relief) has made this publication possible.



# ༡༡། ལྷོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

མེད་དང་པོ། མི་ཉག་པའི་ཆོས་ས།

༡༡། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི་ལྷོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་  
དང་པོ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཐུག་འཆམ་ལོ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག ཁྱེད་པས་  
ཆེད་དུ་བརྗོད་གསུངས་པ། བདག་གིས་རབ་རྒྱ་བཤད་པར་བྱ། གཉིད་དང་རྒྱགས་པ་ནམས་  
སོལ་ལ། ཡིད་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དེ་ཉོན། །

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྦྱོབ་པ་པོ། རྒྱལ་པ་རྗེས་སུ་ཐུགས་བརྩེ་བ། སྦྱོལ་ཐ་མ་འཛིན་  
པ་ཡི། བཅོམ་ཞུན་འདས་ཀྱིས་འདི་སྐད་གསུངས། གྲེ་མ་འདུ་བྱེད་ནམས་མི་ཉག སྦྱོ་  
ཞིང་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། སྦྱོས་ནས་འཛིག་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། རྟེན་གཉིས་པར་ཞི་  
བ་བདེ། རྟེན་རྒྱུ་རབ་རྒྱ་འབར་བ་ལ། ཅི་ཞིག་དགར་ཡོད་མགུར་ཅི་ཡོད། ལྷོན་པའི་  
ནང་ཞུགས་གནས་པ་དག ཅི་ཕྱིར་སྦྱོན་མ་ཆོལ་མི་བྱེད། རུས་པ་ཐི་བའི་མདོག་འདྲ་བ།།

པོར་བ་གང་ཡིན་འདི་དག་ནི། སྤྱིགས་དང་སྤྱིགས་སུ་ནམ་འཁོར་བ། དེ་མཐོང་འདི་ལ་  
 ཅི་ཞིག་དགའ། གང་གི་རྒྱལ་མོ་ཁོ་ན་ནས། མངལ་དུ་དང་པོར་འཇུག་པའི་མི། དེ་ནི་  
 རྩོད་མེད་འགྲོ་འགྱུར་ཞིང་། མོང་བ་ལས་ཀྱང་ལྡོག་པ་མེད། རྩོད་སྤྱོད་པོ་མང་མཐོང་བ།  
 སྤྱི་དྲོ་ཁ་ཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར། སྤྱི་དྲོ་སྤྱོད་པོ་མང་མཐོང་བ། རྩོད་ཁ་ཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར།  
 སྤྱི་ལ་བུད་མེད་མང་པོ་དང་། དར་ལ་བབ་པའང་འཆི་འགྱུར་ན། དེ་ལ་མི་འདི་གཞིན་  
 ཞེས་རྟེ། གསོན་པའི་གདེང་དྲོད་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཁ་ཅིག་མངལ་དུ་འཆི་བར་འགྱུར། དེ་  
 བཞིན་ཁ་ཅིག་བཅས་པའི་སར། དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་གོག་ཅམ་ན། དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་ཡོངས་  
 རྒྱུག་ན། ལ་ལ་ཆན་དང་ལ་ལ་གཞོན། ལ་ལ་དར་ལ་བབ་པའི་མི། རིམ་གྱིས་རབ་དུ་  
 འགྲོ་འགྱུར་རྟེ། འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ལྟར་བ་བཞིན། དཔེར་ན་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ནམས། ལྟར་  
 བས་རྟག་དུ་འཛིག་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་སྤྱི་ལ་རྒྱུར་པའི་མི། རྟག་དུ་འཆི་བས་འཛིགས་  
 པར་འགྱུར། དཔེར་ན་རྩ་མའི་མཁན་པོ་ཡིས། འཛིམ་པ་ལས་ནི་རྩོད་བྱས་པ། ཐམས་  
 ཅད་ཐ་མར་འཛིག་པ་ལྟར། མི་རྣམས་སྤྱིག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། དཔེར་ན་ཐགས་ནི་བརྒྱང་  
 པ་ལ། སྤྱི་ནི་གང་དང་གང་བཅུག་པའི། སྤྱི་གྱིས་རྟིང་ལ་གཏུགས་པ་ལྟར། མི་རྣམས་  
 སྤྱིག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། དཔེར་ན་ངེས་པར་བསད་པ་དག་གོམ་པ་གང་དང་གང་པོར་བས།  
 ཁས་ད་སའི་དུང་དུ་བསྒྲེན་པ་ལྟར། མི་རྣམས་སྤྱིག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། རྒྱ་ལྷང་བྲག་དུ་འབབ་  
 པའི་རྒྱུན། ལྡོག་པ་མེད་པ་རྩི་ལྟ་བུར། དེ་བཞིན་མི་ཡི་ཆེ་འགྲོ་བ། སྤྱི་ནི་ལྡོག་པར་  
 འགྱུར་བ་མེད། དཀའ་བ་ཉིད་དང་ཐུང་བ་དང་། དེ་ཡང་སྤྱི་ག་བསྐྱེད་ལྟན་པ་དག་སྤྱིར་  
 བ་ཁོ་ནར་འཛིག་འགྱུར་རྟེ། རྒྱ་ལ་དབྱུག་གུས་བྲིས་པ་བཞིན། དཔེར་ན་ཕུགས་རྩི་དབྱུག་  
 རྩོགས་ཀྱིས། སྤྱིགས་རྣམས་གནས་སུ་སྤྱིན་བྱེད་ལྟར། དེ་བཞིན་ནད་དང་ཆ་བ་ཡིས། མི་  
 རྣམས་འཆི་བདག་དུང་དུ་སྤྱོད། རྒྱ་བཙན་གྱི་ནི་རྒྱ་ལྟ་བུར། ཉིན་དང་མཚན་མོ་འདས་པ་  
 ཡིས། མི་རྣམས་ཆེ་ཡང་ཟད་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱིག་ཀྱང་ཉེ་བར་འཛིག་པར་འགྱུར། མེལ་  
 ཆེ་བྱེད་ལ་མཚན་མོ་རིང་། ལམ་གྱིས་དུབ་ལ་རྒྱང་གྲགས་རིང་། དམ་ཚུལ་རྣམ་པར་མི་

ཤེས་པ་ལེ། །བྱིས་པ་རྣམས་ལ་འཁོར་བ་རིང་། །བདག་ལ་བུ་ཡོད་དེ་བཞིན་དུ། །ཁོར་ཡོད་  
ཅེས་པས་བྱིས་པ་བརྒྱལ། །ཕྱི་རོལ་ནང་ན་བདག་མེད་ན། །སུ་ཡི་བུ་ཡིན་ཅི་ཞིག་ཁོར། །སྐྱེས་  
པ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་རིགས། །བརྒྱ་དང་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་དང་། །ལོངས་སྤྱོད་ལེགས་པར་  
བསྐྱབས་པ་ཡང་། །འཆི་བདག་དབང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །བསགས་པ་ཀུན་གྱི་མཐའ་ཟད་  
ཅིང་། །བསྐྱང་བའི་མཐའ་ནི་འགྲེལ་བར་འགྱུར། །ཕྱད་པའི་མཐའ་ན་བྲལ་བ་སྟེ། །གསོན་  
པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། །གསོན་མཐའ་འཆི་བ་ཡིན་པས་ན། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
འཆི་འགྱུར་ཞིང་། །དགེ་སྤྱི་འབྲས་བུ་ཉིད་འགྲོ་བའི། །ཇི་བཞིན་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་།  
།སྤྱི་པའི་ལས་ཀྱིས་དཔྱལ་བ་དང་། །བསོད་ནམས་བྱས་པ་བདེ་འགྲོ་སྟེ། །གཞན་དག་  
གིས་ནི་ལམ་བསྟོམས་པས། །ཟག་མེད་སྤྱི་ངན་འདས་པར་འགྱུར། །གང་ཡང་སངས་རྒྱས་  
རང་སངས་རྒྱས། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱང་། །སྐྱུ་ལུས་འདི་ནི་སྟོང་མང་དུ་ན།  
།སྐྱེ་པོ་ཕལ་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། །གང་དུ་གནས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས་པའི། །ས་ཕྱོགས་དེ་  
ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བར་སྐྱང་ལ་མེད་ཀྱི་མཆོའི་ནང་ན་མེད། །རི་པོ་རྣམས་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་  
ཞུགས་ནའང་མིན། །བྱུང་དང་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཇི་སྟེད་པ། །ཀུན་གྱིས་ལུས་འདི་བཏང་  
ནས་འགྲོ་བ་དང་། །དེ་ཀུན་འཇིག་པར་མཁས་པས་རྟོགས་བགྱིས་ཏེ། །ཆོས་ལ་གནས་ཀྱིས་  
ཆངས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད། །ཀ་བ་མཐོང་ཞིང་ནད་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། །སེམས་དང་བྲལ་  
བའི་གི་བ་མཐོང་ནས་ནི། །བདུན་པས་བཙོན་ར་འདྲ་བའི་བྲིམ་སྤངས་ཀྱི། །འཇིག་རྟེན་པལ་  
པས་འདོད་སྤང་རུས་རེ་སྐྱན། །རྒྱལ་པོའི་གིང་རྟ་གིན་ཏུ་བཀྲ་བའང་འཇིག་ །དེ་བཞིན་ལུས་  
ཀྱང་ཉི་བར་ཀ་བར་འགྱུར། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་འདི་དམ་པ་སྟེ། །མི་མཆོག་གཞན་རྟོགས་  
བྱེད་ཅིང་ཀ་མི་འགྱུར། །ཀ་བ་བྲོད་ནི་སྤུན་ཞིང་ངན། །བྲོད་ནི་མི་རིགས་བྱེད་པ་སྟེ། །ཡིད་  
དུ་ལོང་བའི་གཟུགས་འདི་ཡང་། །བྲོད་ཀྱིས་མངོན་པར་བཙོན་པར་གྱུར། །གང་ཞིག་ལོ་  
ནི་བརྒྱར་འཆོ་བ། །དེ་ཡང་འཆི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བྲིད། །འདི་དག་ཀ་བར་འགྱུར་བ་འཇམ།  
ཡང་ན་ན་བའམ་འཆི་བས་འཇོམས། །རྟག་ཏུ་ལྷོག་པ་མེད་པར་འགྲོ་འགྱུར་ཞིང་། །ཉིན་

དང་མཚན་དུ་རབ་དུ་འཛིག་པ་དང་། སྐྱེ་དང་འཆི་བའི་སྐྱག་བསྐལ་དང་ལྷན་པ། རྒྱུ་ཆེན་  
 ནང་དུ་གདུངས་པའི་ཉ་དང་འབྲ། ཆོ་འདི་ཉིན་དང་མཚན་མོ་དང་། འགྲོ་བ་དང་ནི་འདུག་  
 པ་ན། རྒྱུ་ཆེན་ཆོས་པོའི་རྒྱན་བཞིན་དུ། སྤྱིར་མི་ལྷོག་པར་འགྲོ་བར་འགྱུར། རྒྱུ་ཆུང་  
 ནང་གི་ཉ་ལྟ་བུར། གང་ཞིག་ཉིན་མཚན་འདེམ་བཤེས། ཆོ་འདི་གིན་དུ་བྱུང་འགྱུར་ན།  
 རྟེན་ལ་དགའ་བར་བྱར་ཅི་ཡོད། གསལ་ཆེན་མཐའ་འཆི་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྷུས་འདི་ཡོངས་  
 སྤྱི་ན་བ་དང་། རྟེན་གྱི་ཆོང་འདི་སྤྱིར་འཛིག་ཅིང་། སྐྱག་གི་ཆོག་སྤྱི་ཆོང་འཛིག་པར་གྱུར།  
 གྲེ་མ་ལྷུས་འདི་མི་ཐོག་སྤྱི་པར། སྤྱིར་ཞིང་རྣམས་ཤེས་དང་བྲལ་ནས། སྤྱིར་སྤྱིར་བོར་བའི་  
 མགལ་དུ་མ་ལྟར། སྤྱི་ཡི་སྤྱིར་དུ་འགྲེལ་བར་འགྱུར། རྒྱན་དུ་ནད་གྱིས་མངོན་གདུང་ཞིང་།  
 རྟེན་དུ་མི་གཙང་འཛིག་པ་དང་། རྟེན་དང་འཆི་བས་འཆོར་འགྲེལ་པའི། ལྷུས་འདི་དོར་  
 བ་ཅིར་མི་རུང་། སྤྱིར་དུ་འཛིག་ཅིང་ན་བ་དང་། རྟེན་དང་ལྷན་པའི་ལྷུས་འདི་ཡིས། གྲུབ་  
 དང་བདེ་བ་སྤྱི་མེད་པ། ཞི་མཚོག་དོན་དུ་གཉེར་བར་གྱིས། རྟེན་ཁ་ཁ་དང་ནི་དབྱིང་ཀ་  
 དང་། རྟེན་ཁ་ཁ་འདི་དག་བྱེད་ཞེས། སྤྱིས་པ་རྣམས་པར་སེམས་བྱེད་པས། བར་ཆད་  
 མཐོང་བར་མ་གྱུར་ཏོ། སྤྱི་དང་མོར་སྤྱི་གས་འབྱོར་པ་ལ། མི་ཡི་ཡིད་ནི་རྣམས་ཆགས་པ། འཆི་  
 བདག་གིས་ནི་སྤྱི་པས་ནས་འགྲོ། ཉལ་གྲོང་རྒྱུ་བོས་བདས་པ་བཞིན། འཆི་བའི་དུས་  
 ལ་བབ་པ་ན། སྤྱི་རྣམས་སྤྱི་བས་སྤྱི་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལ་ཡང་མ་ཡིན་གཉེན་འདུན་མིན། སྤྱིར་  
 ལ་སྤྱི་བས་སྤྱི་འགྱུར་བ་མེད། འདི་ནི་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་དོན་འདི་བྱ། རྟེན་དག་བྱས་ནས་བདག་  
 གིས་འདི་བྱ་ཞེས། རྟེན་ལ་མི་ཡི་ཡོངས་སྤྱི་ཤོམ་པ་ན། རྟེན་དང་ནད་བཅས་འཆི་བས་མངོན་  
 དུ་བཅོམ། རྟེན་ལ་རྟེན་དུ་ཏིང་འཛིན་ལ་དགའ་མཉམ་པར་ཞོག བཅོམ་པ་སྤྱིར་ལ་སྤྱིར་དང་  
 རྟེན་པའི་མཐའ་མ་ལྟོས། རྟེན་དང་རྣམས་སྤྱི་དང་བཅས་པ་མངོན་པར་ཟེལ་མོན་ལ། རྟེན་སྤྱིར་  
 དག་གོ་སྤྱི་ཡིད་པ་རོལ་འགྲོ་བར་གྱིས། མི་རྟེན་པའི་ཆོམས་ཏེ་དང་པོའོ། །

### ལེའུ་གཉིས་པ། འདོད་པའི་ཆོམས།

ཀུན་རྟོག་ལས་ནི་འདོད་སྦྱེས་པས། འདོད་པའི་ཅ་བར་ཤེས་བགྱིས་ཏེ། ཁྱོད་ནི་  
ཀུན་རྟོག་མ་བྱེད་དང་། ཉེས་ན་ཁྱོད་ལ་འབྱུང་མི་འགྱུར། འདོད་པ་རྣམས་ལས་མུ་ངན་  
སྦྱེས། འདོད་པ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་འབྱུང་། འདོད་པ་དག་ནི་རྣམ་སྤངས་ན། མུ་  
ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། ཉག་འབ་བ་རྣམས་ལས་མུ་ངན་སྦྱེས། ཉག་འབ་བ་རྣམས་ལས་  
འཇིགས་པར་འབྱུང་། ཉག་འབ་དག་ནི་རྣམ་སྤངས་ན། མུ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད།  
འདོད་དགའི་རྣམ་སྦྱོར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཏེ། ཉང་པོ་མངར་ལ་འབྱས་བུ་ཆ། མེ་སྦྱོར་ལག་ནས་  
མ་པོར་པ། མཐུག་ཏུ་བྱིས་པ་སྤྲེག་བྱེད་བཞིན། ཁོར་བུའི་རྣ་ཆ་བུ་དང་བུ་མོ་ལ། ཡོངས་  
སུ་ཆགས་སེམས་གང་ཡིན་ལ་སྒྲོས་ན། ལུགས་ཤིང་བྲེས་མ་ལས་བྱས་ཆིངས་མ་གང་། ཉེ་  
དག་དམ་པོ་མིན་ཞེས་འཕགས་པ་གསུང་། འདོད་པའི་ཆིངས་མ་གང་ཡིན་དེ་སྟོན་ཀྱང་། རབ་  
ཏུ་དགྲོལ་བར་དཀའ་ཞེས་འཕགས་པ་གསུང་། བརྟན་རྣམས་འདོད་པའི་བདེ་ལ་མི་ལྟ་བར།  
ཉེ་དག་ག་ཏུ་བས་ནས་མུར་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད། འཇིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་གང་དེ་འདོད་མིན་གྱི།  
སྦྱེས་བུའི་ཀུན་རྟོག་འདོད་ཆགས་འདོད་པ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་དེ་བཞིན་གནས་ཀྱང་  
ནི། འོན་ཀྱང་བརྟན་རྣམས་འདི་ལ་འདུན་པ་འདུལ། མི་རྣམས་ལ་ནི་རྟག་པའི་འདོད་པ་  
མེད། འདོད་ཅན་གང་ལ་ཆགས་དེ་མི་རྟག་པས། ཡང་སྤྱིད་མེད་ཕྱིར་སེམས་ཀྱིས་རབ་  
སྤྲངས་ལ། འཆི་བའི་གནས་མི་འགྱུར་བར་བྱོས་ཞེས་གསུངས། འདུན་པ་སྦྱེས་ཤིང་ཟད་  
པར་མི་བྱེད་དམ། སེམས་ལ་སྦྱོར་མེད་པ་དང་དུན་པ་དང་། འདོད་པ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་  
མ་ཆགས་གང་། ཉེ་ནི་གོང་དུ་འཕྲོ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། མཁར་བ་ཡིས་ནི་དངུལ་བཞིན་  
དུ། ཁྲོ་ཁྲོས་ལྡན་པས་རིམ་པ་བཞིན། ལྡད་ཅིག་ལྡད་ཅིག་ཅུང་ཟད་ཅམ། རང་གི་བྱི་མ་  
བསལ་བར་བྱ། ལྷམ་མཁན་གྱིས་ནི་གོ་བ་དག་ཡོངས་སུ་སྤྲངས་ནས་ལྷམ་བྱེད་ལྟར། འདོད་  
པ་གང་དང་གང་སྤངས་པ། ཉེ་དེ་བདེ་བ་ཕུན་སུམ་ལྡན། གལ་ཏེ་བདེ་བ་ཀུན་འདོད་ན།  
འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤྲངས། འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤངས་པས། མཆོག་

དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཁྲི་སྤྱོད་འདོད་པའི་རྗེས་འབྲང་བ། ཉེ་སྤྱོད་བར་དུ་རྩོམས་མི་  
འགྱུར། ཉེ་ལས་གང་དག་ཤེས་རབ་ཀྱིས། རྫོགས་ཐེང་དེ་དག་ཆོས་པ་ཐོབ། འདོད་པས་  
རྩོམས་པར་མི་འགྱུར་བས། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་རྩོམས་པ་སྤྱོད། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་རྩོམས་  
པའི་མི། སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་རོ། འདོད་ལ་ཆགས་པའི་མི་གང་ཡིན། ཉེ་དག་  
ཀྱི་མ་ཆོས་མིན་དགའ། རུང་ཟད་གསོན་པོར་འདུག་པ་ན། བར་ཆད་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་  
རོ། རྫོང་ན་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་བཅོམ་པས། སེ་རོ་ལ་ཆོལ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། བསམ་བརྒྱུ་  
འདོད་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིས། བདག་དང་གཞན་ཡང་ཕྱང་བར་བྱེད། ཀླུ་པ་ཆའི་ཆར་བབ་  
ཀྱང་། འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོམས་མི་འགྱུར། འདོད་པ་མཐོག་ཆུང་ཉེས་མང་བ། མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་དུ་རྒྱུད། ལྟ་ཡི་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། ལྷག་པར་དགའ་བར་མི་འགྱུར་  
གྱི། རྫོགས་སངས་རྒྱུས་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས། སྤྱོད་པ་ཟད་པས་དགུས་པར་འགྱུར། གངས་  
ཅན་དང་ནི་མཉམ་པ་ཡི། གསེར་གྱི་རི་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཀྱང་། ཁོར་དེས་གཅིག་ཀྱང་མི་ཆོམ་  
པར། རྫོགས་པར་གྱིས་ལ་ལེགས་པར་སྤྱོད། གང་དག་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐུ་ཤེས་པ། ཉེ་  
དག་ནམ་ཡང་འདོད་ལ་དགའ་མི་འགྱུར། འཛིག་ཉེན་དག་ན་ཟུག་རྩི་རྒྱར་ཤེས་ནས། ཉེ་  
དག་གདུལ་སྤྱིར་བཏན་པ་སྤོབ་པར་བྱེད། འདོད་པའི་ཆོམས་ཉེ་གཉིས་པའོ། །

### ལེའུ་གསུམ་པ། སྤྱོད་པའི་ཆོམས།

ལུས་ཅན་རྣམས་པར་རྫོགས་པས་རབ་བཅོམ་པ། འདོད་ཆགས་མི་བཟད་གཙང་བར་  
རྗེས་ལྟ་བས། འདོད་ཆགས་སྤྱིར་ཁྲིང་རབ་དུ་འཕེལ་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་འཆིང་བ་དེ་ཡིས་  
དམ་པོར་བྱེད། གང་དག་རྣམས་རྫོགས་ཉེ་བར་ཁྲི་དགའ་ཁྲིང་། མི་སྤྱུག་སྒྲོམ་པ་རྟག་དུ་བྱན་  
བྱེད་དེ། ཉེ་ཡི་སྤྱོད་པ་རབ་དུ་སྤངས་པ་ཡིས། རང་གི་འཆིང་བ་དེ་དག་རུལ་བར་བྱེད།  
འདོད་པ་ལུན་ནག་བྱ་བས་གཡོགས། སྤྱོད་པའི་དགའ་བས་བཀལ་པ་དང་། བག་མེད་  
འཆིང་བས་བཅིངས་པ་དག ཆེར་མར་རྒྱུད་པའི་ཉ་དང་འདྲ། སྤྱིས་བྱ་བག་མེད་རབ་དུ་

སྒྲིབ་ཕྱིན་པ། །འཁྲི་མིང་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་འཕེལ་འགྱུར་ཞིང་། །ཆ་དང་འཆི་བའི་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་འགྱུར་ཏེ། །མ་དུང་རྒྱ་ཞོ་འདོད་པའི་མེའུ་དང་འབྲ། །མི་དག་བྲན་པར་བྱེད་དང་ཆགས་  
བྱེད་དང་། །ཡིད་བདེ་བ་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དག །དེ་ཡིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར་བར་  
འབྱམས། །ཆལ་ནང་འབྲས་བུ་འདོད་པའི་སྒྲེའུ་དང་མཚུངས། །མི་གང་ཉག་དུ་བདེ་བ་འདོད་  
བྱེད་པ། །སྒྲིབ་དང་ཆ་བར་ཉེ་བར་འགྲོ་འགྱུར་ཞིང་། །སྒྲིབ་དགུ་སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདུན་དུ་  
བདར། །རྒྱ་ནང་རི་པོང་ཡོངས་སུ་རྒྱག་པ་བཞིན། །སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཀྱི་མདུད་པའི་སེམས་  
ཅན་དག །སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་མིན་དག་ལ་སེམས་ཆགས་མིང་། །ཀླན་སྒྲོར་རོ་ལ་དགའ་བའི་  
བྱིས་པ་རྣམས། །ཡང་དང་ཡང་དུ་རྒྱག་བསྐལ་འཕྲོལ་བར་འགྱུར། །སྒྲིབ་པ་གྲུབ་དང་བདེ་  
རྣམས་དང་བྲལ་ཞིང་། །བདུད་ཀྱི་སྒྲོར་བ་དག་དང་ལྗན་པ་དེ། །ཆ་དང་འཆི་བའི་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་འགྱུར་ཏེ། །མ་དུང་རྒྱ་ཞོ་འདོད་པའི་མེའུ་དང་འབྲ། །འདི་ན་སྒྲིབ་པ་དེ་འབྲ་སྒྲོང་བྱེད་  
པ། །སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་མིན་དག་ལ་སྒྲིབ་བྲལ་ཞིང་། །དགེ་སྒྲོང་སྒྲིབ་པ་བྲལ་གྱིས་གཞོན་བྱེད་  
པ། །རྒྱག་མ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་འདའ། །གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་སྤང་དཀའ་བའི།  
སྒྲིབ་པའི་བྱད་མེད་འདིས་བཀོལ་བ། །དེ་ཡི་བྱ་ངན་འཕེལ་འགྱུར་ཏེ། །རྩ་ལ་ཆར་པ་བབ་  
པ་བཞིན། །གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་སྤང་དཀའ་བའི། །སྒྲིབ་པའི་བྱད་མེད་འདི་སྒྲོང་བ། །དེ་  
ཡི་བྱ་ངན་ཕྲོག་འགྱུར་ཏེ། །པརྒྱ་ལས་ནི་ཁུ་ཐིགས་བཞིན། །དེ་བྱིར་རི་སྒྲིབ་འདིར་རྒྱགས་  
པ། །བྲིད་ལ་སྒྲིབ་པའི་བྲིད་བདེ་ཞིག །ཟུ་མེར་བྱིར་ནི་རྩ་བཞིན་དུ། །སྒྲིབ་པ་ཅར་བཅས་དུང་  
ནས་ཐུང་། །སྒྲིབ་བུ་སྒྲིབ་པ་དང་འགྲོགས་ན། །ཡུན་རིང་དུས་སུ་འབྱམ་འགྱུར་བས། །སྒྲིབ་  
པ་དུངས་ནས་ཐུང་ཞིག་དང་། །བྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། །ཡང་དང་ཡང་དུ་ཉེར་  
ལེན་ཅིང་། །ཡང་དང་ཡང་དུ་མངལ་དུ་འཇུག །གནས་སྐབས་འགྱུར་དང་གཞན་འགྱུར་  
བས། །སེམས་ཅན་འོང་དང་འགྲོ་བར་བྱེད། །འདིར་ནི་སྤང་དཀའ་སྒྲིབ་པ་དེ། །སྒྲོངས་ལ་  
ས་པོན་ཆོད་ཅིག་དང་། །དེ་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་ནི་ཡང་དུ་འཁོར་མི་འགྱུར།  
།དལ་འཕྲོར་རྒྱུད་ནི་མ་གཟན་པར། །གང་གིས་ལྷ་དང་མི་རྣམས་སུ། །དོན་གཉེར་བཅིངས་

ནས་འཛོག་ཕྱད་པ། །ཡུལ་ལ་སྲིད་པ་དེ་ལས་བཞུལ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སྦྱེས་ན་ཡང་།  
 །དལ་འཕྱོར་ཐལ་བས་འཁྱོད་པར་འོང་། །གང་ཕྱིར་སྲིད་མཆོ་རྒྱར་གྱུར་པ། །ཡུལ་ལ་སྲིད་  
 པ་འབྲས་ཀྱི་གཞི། །འཁྱི་ཤིང་བས་ཁེབས་ཕྱད་པ། །གདུང་བར་ཕྱོད་པ་མ་བདུལ་ན། །སྤྱག་  
 བསྐྱལ་འདི་ནི་ཡང་དང་ཡང་། །རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ལྷོག་མི་འགྱུར། །དཔེར་ན་ལྷོན་ཤིང་ཙ་ནས་  
 མ་བཏོན་ན། །བཅད་ཀྱང་སྤྱིར་ཞིང་སྦྱེ་བ་ཁོ་ནར་ཟད། །དེ་བཞིན་སྲིད་པའི་སྤྱ་རྒྱས་མ་བཏོན་  
 ན། །ཡང་དང་ཡང་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་མི་ལྷོག། །དཔེར་ན་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བྱས་པའི་མཆོན་  
 །དེ་ཡིས་རྒྱན་པོའི་མཐུ་ཡིས་བདག་གསོད་ལྟར། །དེ་བཞིན་ནང་གི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི།  
 །སྲིད་པས་ལུས་ཅན་ཉི་བར་གསོད་པར་ཕྱོད། །དེ་ལྟར་སྲིད་ལས་སྤྱག་བསྐྱལ་དག །འབྱུང་  
 བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་གྱིས་ཏེ། །སྲིད་སྤོངས་ཉི་བར་ལེན་མེད་དང་། །དན་ལྷན་དག་སྤོང་  
 ཀུན་དུ་རྒྱས། །སྲིད་པའི་ཚོམས་ཏེ་གསུམ་པའོ། །

འཕྲོ་དུས་དེབ་རྩིས་མར་གཟིགས།



# ལཱ་བྱ་གཞི་རིགས་ལམ་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་

མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ།

ཕ་ བཅོམ་གཞི་རིགས་ལམ་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་  
སྒྲིག་གནང་མཁན་ཆོས་གཅིག་ཀྱིས་ན་རིགས་ལམ་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
ཆོའི་ཁོད་སྒྲིག་གི་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
དང་། དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
བསལ་ཐབས་ལམ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་རེད། དེའི་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་  
བཞུགས་ཡོད་ཀྱི་རེད་ཐམས་ཀྱི་འདུག །

ཡིན་ནའང་ཁ་སང་ངས་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ལམ་དང་། སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ནང་ཆོས་  
དེ། ད་ལྟོ་གཞི་རིགས་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
ནང་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བཀའ་བའི་རིགས་ལམ་དང་ནང་ཆོས་དེ་ལྟར་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལུ་

ཁྱིད་ཕྱེད་སྤངས་གང་འདྲ་ཡོད་པའི་སྟོར་ལ་བཀའ་མོལ་བྱ་རྒྱུའི་འགོ་འཇུགས་ཞུས་ཡོད་མ་རེད།  
 དེ་འགོ་འཇུགས་མ་ཞུས་པ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། ངའི་ནམ་རྒྱུན་བརྟ་སྤངས་ལ་སྟོབ་གྱི་ནང་རིགས་  
 ལམ་དང་ནང་ཆོས་གཉིས་ཀ་སྟོབ་ཆན་ཡོངས་རྫོགས་དང་མཉམ་དུ་དུས་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་  
 ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་དེ་གཉིས་ཟུར་དུ་བསྐབ་བསྐྱད་པ་དེར་ཕན་འབྲས་མེད་པ་མིན་རུང་ཕན་  
 ཐོགས་སྐབས་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་གི་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

རིགས་ལམ་ཟེར་བ་དེ་ཁ་སང་ང་ཚོ་འདིར་བཀའ་མོལ་བྱུང་ཟིན་པ་ནང་བཞིན་རེད།  
 ཕྱི་ནང་གི་རིག་པའི་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་སྟོབ་སྟོབ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་སྟོབ་སྟོབ་ཕྱེད་ཆེད་  
 གྱི་ལག་ཆ་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ་རེད། བསམ་སྟོབ་གཏོང་ཕྱོགས་ཐོག་ལ་རིགས་ལམ་ཡོད་པ་གཅིག་  
 པ་རེད་མ་གཏོགས། བསམ་སྟོབ་གཏོང་ཕྱོགས་ནང་ལ་རིགས་ལམ་མེད་པ་ཡིན་ན་སྟོབ་སྟོབ་  
 བསམ་གྱི་མ་རེད། ཡིག་འབྲུ་རྩོམ་མེས་ན་སྟོག་མེས་གྱི་མ་རེད། ཡི་གེ་སྟོག་མ་མེས་པ་ཡིན་ན།  
 དེ་བ་ལ་སྟོབ་སྟོབ་ཕྱེད་རྒྱ་མེད་པ་ནང་བཞིན་དོན་དག་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་  
 པ་ཡིན་ན་ཡང་། ཐོས་བསམ་ཕྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ལག་ཆ་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ། བསམ་སྟོབ་གཏོང་  
 སྤངས་དེ། རིག་པའི་འགྲོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྟོབ་གཏོང་མེས་པ་ཞིག་མ་  
 བྱུང་ན། དེ་ནས་སྟོབ་སྟོབ་ཕྱེད་རྒྱུའི་ལམ་ཁ་ནད་དེ་རྫོགས་པ་རེད། དེ་ནས་ཏ་ལམ་སྟོབ་སྟོབ་  
 ཕྱེད་ཐབས་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱང་འགྲིག་རྒྱ་ཞིག་རེད། ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་བསགས། ལན་  
 ཞིག་འཁྱུལ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡོང་མདོག་ཁ་པོ་རེད་མ་གཏོགས། དེ་ལས་སྐྱག་པའི་རང་གི་རོས་  
 ནས་བརྟག་དཔུང་བྱས་ཏེ་བསམ་སྟོབ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་རིགས་ལམ་མེད་ན་གཏོང་ཐུབ་གྱི་མ་རེད་ལ།  
 གལ་སྲིད་བཏང་བ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ནོར་འགྲོ་ཡི་རེད་མ་གཏོགས། མཐར་གཏུགས་ཏེ་ངེས་པ་  
 རྟོན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་སྟོབས་ཐུབ་གྱི་མ་རེད། རིགས་ལམ་ལོག་པ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་དོན་  
 དག་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་བརྟག་དཔུང་བྱས་པ་ཡིན་ཡང་བརྟག་དཔུང་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་  
 དེར་དཔུང་དོན་ནོར་བ་རྟོན་འགྲོ་རྒྱ་ཞིག་རེད།

ཁ་སང་ང་ཚོ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ནང་བཞིན་རེད། རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་པོད་པའི་སྐད་  
ལ་ཚིག་གཅིད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མིང་རྒྱང་ལ་གོ་རྒྱ་གཅིག་དང་། བྱ་ཚིག་ལ་  
གོ་རྒྱ་བཅས་གཉིས་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་རིགས་པ་ཞེས་ལབ་པ་ཡིན་ན་འོས་པ་ཟེར་བ་དེ་དང་།  
འཆམས་པ་ཟེར་བ་དེ་རེད། ཆད་མ་ཟེར་བ་དེ་རེད། རིགས་པ་དང་ཆད་མ་གཉིས་པོ་དེ་གཅིག་  
པ་རེད། བྱས་ཅང་རིག་པ་ཞེས་ལབ་དུས་སྐབས་ལ་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་བྱས་མེས་དེ་རེད། ལེགས་  
སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་རྒྱལ་ཟེར་བ་དེ་ག་པར་བསྐྱར་གྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། དཔུང་དང་རྒྱལ་གཉིས་  
ཀ་ད་ལམ་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གངས་འདྲ་པོ་བྱས་ཏེ་བསྐྱར་ཡོད།

ཆད་འཇལ་རྒྱུ་མེད་ཤིང་འདྲ་པོ་དེ་ཏག་ཏག་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཐོག་ནས་  
འཇལ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་འོས་པ་ཞིག་དང་། རིགས་པ་ཞིག་ཏག་ཏག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་  
རེད། ཆད་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་ཤིང་དེ། ཆད་ཤིང་དེ་དང་པོ་ནས་ཞོར་ཡོད་ན། དེས་འཇལ་  
བའི་ཆད་དེ་ཡང་ཆད་མ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཆད་ལྡན་ཆགས་པ་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་  
ཡིན་པ་ཡིན་ཅང་རིགས་ལམ་དེ་ཕྱི་ནང་གི་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འང་དགོས་པ་རེད། ནང་  
དོན་རིག་པ་རྒྱང་རྒྱང་གི་སྐད་ཆ་མ་རེད། ཕྱི་ནང་གི་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་སློབ་གཉེར་བྱས་  
པ་ཡིན་ན་འང་རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་མེད་ན་མི་ཡོང་བ་ཞིག་རེད།

དེ་འདྲའི་རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ང་ཚོ་ནང་པའི་ཆད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ནས་  
བཤད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་འདྲ་པོ་གཅིག་རེད། ཉགས་ཡང་དག་དང་། ཉགས་ལྟར་  
སྤང་གི་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་ཉགས་ཡང་དག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱས་པ་དང་། ཉགས་ལྟར་སྤང་  
གིས་དེ་རྣམས་སྐྱབ་མི་བྱས་པ། ཉགས་ལྟར་སྤང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་མི་བྱས་པ་ཡིན་ཡང་། ཉགས་  
ལྟར་སྤང་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆ་མཉམ་གྱི་ཐེ་ཚོམ་དང་། དོན་འགྲུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ་བར་དུ་དབྱེད་  
བྱབ་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། ཉགས་ལྟར་སྤང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་བྱེད་  
བྱབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་མ་གཏོགས་ཉགས་ལྟར་སྤང་ལ་དགོས་པ་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་དེ་འདྲ་མ་རེད།

བྱས་ཅང་དེའི་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་རྒྱ་དེ་ང་ཚོ་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིགས་  
ལམ་གྱི་སྒྲིབ་དེ་རྒྱ་རྒྱུང་ལུགས་གཅིག་ལ་བཟོས་ནས་ལབ་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ། དེ་ལབ་  
སྤངས་ཤིག་རེད།

དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཕྱོགས་པ་ཚོར་ཆད་མ་རིག་པ་དེ་ཡོད་རེད། ཁོང་ཚོའི་སྐད་ལ་ལོ་ཤིག་  
(Logic) ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། སློབ་ཚན་ག་རེ་ཡིན་ནའང་དེའི་མཉམ་དུ་ལོ་ཤིག་སྐྱར་འགྲོ་  
ཡི་འདུག །དེ་སྐྱར་དོན་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སློབ་ཚན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཆད་  
མ་རིག་པ་དེ་མེད་པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་དེ་མེད་པ་ཡིན་ན། འགྲོ་ས་མེད་པ་དེ་རྒྱལ་ཕྱོགས་  
པའི་བསམ་ཚུལ་ལ་ཡང་གཅིག་པ་རེད། རྟེན་འཁྲིལ་ཤིང་། བརྒྱ་ལོ་ཤིང་། སེམས་ལྡན་ལོ་ཤིང་།  
(Tibetlogy. Buddhalogy. Sinology.) ཞེས་སློབ་ཚན་ཆད་མའི་མཉམ་དུ་ལོ་  
ཤིག་གི་ཆོག་དེ་སྐྱར་ཏེ་སློབ་ཚན་དེའི་མིང་ལབ་ཀྱི་འདུག །བྱས་ཅང་ང་ཚོས་རྗེས་འཇུག་ས་  
མེད་པའི་རིག་པ་དེ་སྐྱར་བ་ནང་བཞིན་ཁོང་ཚོས་ཀྱང་ས་ཡོད་པའི་རིགས་དེ་སློབ་ཚན་མཉམ་  
དུ་སྐྱར་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ཁོ་རང་ཚོར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་  
ན། སློབ་ཚན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་རྣམས་རིགས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱས་ནས་འགྲོ་  
བ་མ་གཏོགས་རིགས་པ་དང་མ་མཐུན་པ་(Illogical)བྱས་ནས་འགྲོ་རྒྱུ་མེད་པ་ཡིན་ཅང་དེའི་  
མཚོན་བྱེད་ལ་ལོ་ཤིག་ །ལོ་ཤིག་ཅེས་ལབ་བསྐད་པ་དེ་རེད།

སྐྱེར་བཤང་ང་ཚོའི་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་བཤད་པའི་ཆད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་  
ལས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་པ་མ་ཡིན་པའི་གྲུབ་མཐའ་གཞན་དག་གི་ཆད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཡར་  
རྒྱས་ཆེ་བ་ཕྱིན་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་དེ་རིང་སང་ཉིན་ཆད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་གསར་  
པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ནང་པས་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཀུན་བདུས་དང་རྣམ་འགྲེལ་ནས་  
བཤད་པའི་ཆད་མ་རིག་པ་ལས་ཞེ་དྲགས་ཀྱིས་ཞིབ་ཆགས་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ། ཁོང་  
ཚོའི་ཆད་མ་རིག་པའི་འགྲོ་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་འདུག །བྱས་ཅང་ཤར་ཕྱོགས་པའི་

ཆད་མ་རིག་པའི་འགྲོ་སྤངས་སམ་རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཆང་མ་གཅིག་པ་འདྲ་བོ་རེད།  
ང་ཚོ་ལ་ཞེ་དྲགས་རང་གསལ་པོ་མེད་པ། རྒྱལ་ཕྱོགས་པ་ནས་ཚུར་ང་ཚོས་ལེགས་ཆ་སྤངས་  
དགོས་པ་ཆད་མ་རིག་པའི་ནང་ལ་ག་རེ་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ཡང་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆད་མ་རིག་  
པའི་འགྲོ་སྤངས་དེ་གཅིག་ཡོད་རེད། རིག་ཤེད་ནས་བཤད་པའི་ཡང་ཅིས་དང་། རྒྱལ་ཕྱོགས་  
པའི་ཡང་ཅིས་ནས་བཤད་པའི་ཆད་མ་རིག་པ་གཉིས་པོ་དེ་དེ་རིང་སང་ཉིན་རྒྱ་གར་དང་རྒྱལ་  
ཕྱོགས་པའི་བར་ལ་སྟོན་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་བར་  
ལ་བརྗེ་ལེན་ཤེད་རྒྱ་དྲག་ཤོས་གཅིག་ལ་བརྟེན་ཡོད་རེད། གྲུས་ཙང་ང་ཚོའི་ཆད་མ་རིག་པའི་  
གཞུང་ལུགས་ནང་ལ་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་དེ་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་  
བཤད་ཡོད་མ་རེད། ཅིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ང་རང་ཚོར་ཞེ་དྲག་གཏིང་ཟབ་པོ་དང་རྒྱས་པོ་ཡོད་  
ཀྱང་དེ་དག་ཚུར་རིགས་ལམ་ལ་གང་འདྲ་གྲུས་ཏེ་གཞལ་བྱ་སྒྲིག་འགྱུར་འཇལ་བའི་ཐབས་ལ།  
དེ་གང་འདྲ་གྲུས་ཏེ་ཉགས་བཤོད་པ་ནང་བཞིན་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་སྤངས་དེ་ཤར་ཕྱོགས་པའི་  
གཞུང་ལུགས་ལ་དེ་ག་ཙམ་གྱིས་གྲ་རྒྱས་པོ་དང་གསལ་པོ་ཡོད་མ་རེད། དེ་རྒྱལ་ཕྱོགས་པའི་  
དེ་ནས་ཚུར་སྤངས་པ་ཡིན་ན། ལྷག་པར་དུ་རྒྱལ་ཕྱོགས་པས་རི་མོ་དང་ཅིས་མཉམ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་  
རྩི་མེ་ཏེ་རི་(geometry)དང་། ཡལ་རྟེན་(Algebra)ཟེར་བ་དེ་ཚོའི་ངོས་ནས་  
དབྱིབས་དང་གྲངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་གྱུར་གྱི་གཞལ་བྱ་འཇལ་བའི་ཐབས་ཤེས་སམ་རྣམ་གཞག་  
མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། གྲུས་ཙང་དེ་རྣམས་ཚུར་སྤྱར་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

དེ་འདྲ་གྲུས་དུས་རིགས་ལམ་སྟོན་རྒྱ་དེ་ཡང་ཅིས་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་ཅིས་བརྒྱད་  
ནས་རིགས་ལམ་སྟོན་དགོས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆན་རིག་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་  
ཀྱི་ཆན་རིག་བརྒྱད་དེ་རིགས་ལམ་སྟོན་དགོས། སྐད་ཡིག་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་འང་། ལུང་དུ་  
སྟོན་པ་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་འང་རིགས་ལམ་དང་སྤྱར་ནས་ལུང་དུ་སྟོན་པ་དེ་སྟོན་དགོས། གྲུས་  
ཙང་སྟོན་ཆན་ག་རེ་ཡིན་ན་འང་སྟོན་ཆན་དེ་དང་དེའི་ཆ་ཤས་ལ་རིགས་ལམ་ཡོད་བརྒྱད་པ་ཞིག་

དང་། རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་སློབ་ཚན་དེ་དང་དེའི་ནང་ལ་འགྲོ་དགོས་པ་གཉིས་ཀ་ཕན་ཚུན་  
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་བྱས་ནས་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་ཅིང་། རིགས་ལམ་མ་བསྐྱབས་པར་སློབ་  
ཚན་གང་ཡང་སློབ་བྱུང་བྱུང་བས་མེད་པ་རེད། སློབ་ཚན་ག་རེ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནའང་རིགས་  
ལམ་བརྒྱུད་དེ་སློབ་དགོས་པ་དང་། རིགས་ལམ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་སློབ་དགོས་པ་དེ་མཆིན་  
པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་སློབ་རྒྱ་ཟེར་བ་དེ་དཀའ་ལས་ཆེ་མདོག་གཅིག་བྱས་ཏེ་བྱར་དུ་བཞག་  
དགོས་པ་འདྲ་བོ་ཞིག་དང་། ཉགས་རིག་སྤངས་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་མིན་ན། རྣམ་འབྲེལ་སྤངས་  
སྤྱོད་མཁན་ཞིག་མིན་ན། རིགས་ལམ་སློབ་མི་ཤེས་མཁན་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་བོའི་བསམ་སྟོ་  
གཏོང་དགོས་མ་རེད།

ཤར་ཕྱོགས་པའི་རིགས་ལམ་མམ་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཡིན་ནའང་འདྲ་  
འདུག །ཐུབ་ཕྱོགས་པའི་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཡིན་ནའང་འདྲ་འདུག །ཚད་མ་  
རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གཞི་རྟེན་དེ་ག་པར་བྱག་ཡོད་ཅིང་ཟེར་ན། གཞི་  
རྟེན་དེ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་ལ་བྱག་བསྐྱད་ཡོད་ཅིང་། རྫོ་ཡུལ་ལ་འདུག་སྤངས་དང་། ཡུལ་  
གྱི་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གཅིག་གྱུར་གྱི་  
གཞི་རྟེན་རེད། ཤར་རྒྱུ་དང་ཕྱི་ནང་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ནའང་ཚད་མ་རིག་པ་  
བཤད་དུས་སྐབས་ལ་བཤད་རྒྱུའི་གཞི་རྩ་འདྲ་བོ་དེ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་བཤད་དགོས་ཀྱི་  
ཡོད་ཅིང་། ང་ཚོ་ནང་པ་ཡིན་ན། བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ་དང་། དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་  
བ་ཞེས་འབྲེལ་བ་གཉིས་མ་གཏོགས་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད་མ་རེད། འབྲེལ་བ་གཉིས་མ་གཏོགས་  
ཁས་མ་ལེན་པ་ཡིན་ཙང་། འབྲེལ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་  
དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཉགས་ཡང་དག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཉགས་སྟར་སྟར་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེས་བྱུང་བ་དང་རྫོགས་བྱུང་དེ་རྣམས་སློབ་སྤངས་གང་འདྲ་རེད། དེ་  
རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བྱེད་རང་ཚོ་རྣམ་འབྲེལ་གཞིགས་སྤྱོད་མཁན་ཡིན་ན་མཆིན་གྱི་རེད།

ངས་ད་ག་མེ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁྱ་ཡི་ཡོད། བྱས་ཅང་འབྲེལ་བ་གཉིས་པོ་དེ་གཏན་འཁེལ་  
བཏེའི་དབང་གིས། ཉཾ་ཀྱི་བྱབ་པ་ངས་ཚུལ་དེ་ཆད་མའི་ཐོག་ནས་ཐག་ཆོད་འགྲོ་བྱ་ཞིག་རེད།

ཕྱི་རིལ་པའི་ནང་དུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་བཤད་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། རྒྱབ་  
ཕྱོགས་པ་ཆོས་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་ལས་གཞན་པ་གཅིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱབ་ཕྱོགས་  
པའི་ལོ་ངོ་ལྷན་པ་དེ་ཆོས་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་  
ཁོ་རང་ཆོའི་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་གི་བཤད་སྤངས་དེ་མདོར་བསྡུས་ན་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་  
འབྲེལ་བ་དང་། དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བའི་ཁོངས་སུ་བསྡུ་བྱུབ་ཀྱི་རེད། གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་གཅིག་  
བྱུང་བ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་གཅིག་ལ་སྟོན་ནས་གཅིག་གྲུབ་པ། གཅིག་ལྷོག་སྟོན་པའི་ཕྱི་  
ཤོས་ལྷོག་དགོས་པ། འབྲེལ་བའི་དོན་དག་དོག་དོག་དེ་རེད། གཅིག་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་དུས་  
གཞན་དག་དེ་ཡང་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་བ་ཞིག །གཅིག་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
གྲུབ་པའམ་དེ་ལ་སྟོན་ནས་གྲུབ་པ་གང་རུང་གི་ཕྱི་ཤོས་དེའང་གྲུབ་དགོས་པ་ཞིག །གཅིག་  
ལྷོག་སྟོན་པའི་གཞན་ལྷོག་པ་དེ་ཡར་མགོ་མཐུག་སྟོན་དུས་མི་ཡོང་བྱ་གཅིག མར་ཕྱིས་དུས་  
ཡོང་བ་ཞིག །དཔེར་ན། མེ་ལྷོག་པའི་དབང་གིས་དུ་བ་ལྷོག་པ་རེད་མ་གཏོགས་དུ་བ་ལྷོག་  
པའི་དབང་གིས་མེ་ལྷོག་པ་རེད་ཅེས་ཡར་འགྲོ་ས་མེད་པ་ཞིག །དེ་འདྲ་ལ་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་  
བ་ཟེར་བ་དང་། བདག་ཉིད་གཅིག་པ་དེ་ལ་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀ་གཅིག་ལྷོག་སྟོན་པའི་ཕྱི་  
ཤོས་ལྷོག་དགོས་པ། དེ་འདྲའི་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་  
ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་རིགས་ལམ་གྱི་རྒྱབ་ཕྱོངས་ཀྱི་དོན་དག་གཉིས་པ་དེ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་གཞག་  
དེ་རེད། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་གཞག་དེ་གིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་ཕྱི་རིལ་པའི་གཞུང་  
ལུགས་དང་། ཉན་པའི་གཞུང་ལུགས། ཤར་ཕྱོགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཆང་མའི་ནང་ལ་བཤད་  
ཡོད་པ་དང་། དེ་རིང་སང་ཉིན་རྒྱབ་ཕྱོགས་པས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་སྐད་ཆ་དེ་མང་པོ་བརྗོད་

ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་བརྩམས་གྲུ་བཟླ་མཁན་ཚོ་ལས་རྒྱ་བཟོགས་པའི་གྲུ་བཟའ་སྤྲོ་བ་དེ་ཚོས་སྤྱི་  
དང་བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་གཞག་མང་བ་ཤེས་ཀྱི་རེད། བྱས་ཅང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་ཡོང་  
སྤངས་དེའི་ཐོག་ནས་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག །རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པ་དེ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་དེའི་ཐོག་ནས་སྤྲོ་བ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་སྤྱི་དང་  
བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཡག་  
པོ་བྱས་ཏེ་ཤེས་བྱ་བ་ཐབས་མེད།

བྱས་ཅང་སྤྱི་རོལ་པས་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱི་དོན་གཞན་ཟེར་བ་ཞིག་འདོད་དགོས་པ་  
དེ་ག་པར་ཐུག་གི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ང་ཚོ་ནང་པ་ནང་བཞིན་གྱི་རྟོན་འབྲུང་གི་རྣམ་གཞག  
།བཏགས་དོན་བཙལ་བའི་སྐབས་སུ་རྟོན་མི་དགོས་པ། ཐ་སྙད་ལ་མ་བཏགས་མ་དཔུང་པའི་  
སྐབས་ལ་ཐ་སྙད་ལ་བཞག་ཆོག་རྒྱུའི་གནས་ཚུལ་དེ་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ཅང་། བཏགས་དོན་བཙལ་  
ནས་རྟོན་དགོས་པའི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་གྲུ་དགོས་དུས་སྐབས་ལ་སྤྱི་དོན་གཞན་  
ཟེར་བ་གཅིག་མ་བཞག་ན་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། རྟག་པ་ཡིན་པ། རང་དབང་  
བ་ཡིན་པ། ག་རེ་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་མཁན་ཞིག་གི་སྤྱི་དོན་གཞན་ཟེར་བ་དེ་  
མ་བཞག་ན་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ཁོང་ཚོའི་རིགས་ལམ་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཚང་མ་དེའི་ཐོག་ནས་ཁྱད་པར་ཕྱིན་ཡོད་རེད།

ད་ལྟ་རྒྱ་བཟོགས་པའི་བཤད་སྤངས་ཀྱི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་ཡོང་དེ་ག་ནང་  
བཞིན་རེད། དེ་ནས་གོ་མ་པ་གཅིག་པར་བརྒྱབ་ནས་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་དེ་འདྲའི་སྤྱི་དང་བྱེ་  
བྲག་གི་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་བཤད་ཁག་པོ་ཡོང་དགོས་པ་དེ་ག་རེའི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་རེད་  
ཟེར་ན། རྫོ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ལ་འཇུག་སྤངས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཇུག་གི་ཡོད་རེད།  
དེའི་དབང་གིས་ཁྱད་པར་དེ་རྒྱ་ག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། སྤྱི་དང་རྟོག་པ་དེ་རྣམས་ཡུལ་ལ་འཇུག་  
པའི་སྐབས་ལ་རང་མ་ཡིན་མེད་པའི་དབང་གིས། གཞན་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་འཇུག་སྤངས་



དེ་ནང་པའི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཤད་ཚུལ་གཅིག་རེད། དེ་རྒྱལ་ཕྱོགས་པས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་  
ཡོད་མ་རེད་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱི་རོལ་པའི་བྱ་བ་མཐའ་སྤྱོད་བཀའ་པོ་ཆོས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་མ་  
རེད། བྱས་ཅང་གཞན་སེལ་དང་། ཤིང་འཛིན་རྟོག་པ་ཟེར་བ་དེ་རྣམས་མར་བང་བསྐྱེགས་  
ནས་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འབྲེལ་བའི་རྣམ་  
གཞག་དེའི་དོན་དག་ལ་སྦྱེ་བྱེ་བྲག་གི་གནས་ཚུལ་དེ་སྤྲེལ་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྦྱེ་བྱེ་བྲག་གི་གནས་  
ཚུལ་དེ་གསལ་པོ་ཡོང་བའི་དོན་དག་ལ་སྦྱ་རྟོག་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དོན་དག་དེ་ལ་མར་བྱག་  
བསྟན་ཀྱི་ཡོད་རེད།

བྱས་ཅང་ད་བཟློམས་བརྒྱབ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་རིགས་ལམ་ཟེར་བ་  
དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ལབ་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། རིགས་ལམ་རིགས་ལམ་ཟེར་བ་དེ་སྦྱ་དང་  
རྟོག་པ་དེ་རྣམས་རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཇུག་གི་འདུག །མངོན་  
སུམ་གྱི་སྒྲིབ་དེ་དག་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཇུག་གི་འདུག །རྟོག་པའི་  
སྒྲིབ་དེ་རྣམས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཇུག་གི་འདུག །དེའི་རྒྱུ་བྱེད་  
ཀྱི་སྦྱ་དེས་ཡུལ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐབས་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བརྟེན་གྱི་འདུག །དྲི་བ་དེ་དག་  
གཞི་རིམ་གྱི་དྲི་བ་ཞིག་རེད། ད་རིང་སང་ཉིན་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་  
ནའང་དེའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཉ་མོ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲའི་སྦྱ་རྟོག་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་དེ་  
ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ། ཡུལ་གྱི་སྤྱི་དྲུ་ཡོད་པའི་སྦྱ་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་  
དེ་གང་འདྲ་རེད། བ་ཕྱགས་དཀར་པོ་གཅིག་ལ་འདི་བ་ཕྱགས་རེད་ཅེས་ཐ་སྟད་སྦྱར་ཆར་བའི་  
རྗེས་ལ་ཕྱ་གུ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཡིན་ནའང་རེད། མི་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་བ་ཕྱགས་དཀར་  
པོ་ལ་འདི་བ་ཕྱགས་རེད་ཅེས་ཐ་སྟད་སྦྱར་སའི་གདགས་གཞི་དེའི་ཐོག་ལ་ཡོད་པའི་བྱ་དུ་ཆོས་  
འདྲ་པོ་ཆང་མ་ཆང་བའི་བ་ཕྱགས་ནག་པོ་ཞིག་མཐོང་བའི་སྐབས་ལ། ཐ་སྟད་གསར་པ་སྦྱར་  
མི་དགོས་པར་འདི་བ་ཕྱགས་རེད་འདུག་བསམ་པའི་སྡོན་མའི་བ་ཕྱགས་དཀར་པོ་ལ་སྦྱར་བའི་

བད་དེ་ཡིས་བ་ཕྱགས་ནག་པོ་མཐོང་བའི་སྐབས་ལ་ཡང་བསྐྱར་འདི་བ་ཕྱགས་རེད་ཅེས་ལབ་  
མི་དགོས་པར་ཤེས་པ་དེ་བ་ཕྱགས་དཀར་པོ་དེ་དང་། བ་ཕྱགས་ནག་པོ་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱབ་  
པའི་སྐྱེ་ཟེར་བཞིག་ཡོད་པས་རེད། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱབ་པའི་སྐྱེའི་གནས་སྤངས་དེ་རིགས་ལམ་  
གྱི་ནམ་གཞག་ནང་བཤད་རྒྱུའི་སྐྱེང་གཞི་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ་རེད། བརྗོད་གཞི་ཡོད་ན་མེད་ན་  
དེ་རེད། སྐྱེང་གཞི་ཟེར་ནའང་མི་འདུག །དེའི་ཐོག་ནས་ཆང་མ་ཡར་བསྐྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
རེད། སྐྱོམ་གཞི་འདྲ་པོ་ཡར་བསྐྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡི་སྐྱེ་དེ་བྱེ་བྲག་དང་མཉམ་  
དུ་འབྲེལ་བ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད་དམ་ཡང་ན་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེའི་འབྲེལ་བ་ཆགས་སྤངས་  
དེ་གཞན་དོན་གལ་ཆེ་མོས་གཉིས་པ་དེ་རེད། དེའི་འབྲེལ་བ་དེ་ཤེས་སྤང་ན། འབྲེལ་བ་དེའི་  
ཐོག་ནས་ལམ་སྤང་དུ་གོ་བྱུང་བའི་དོན་དག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་སྤང་དུ་མི་གོ་བའི་དོན་  
དག་ཅིག་ཆོད་དཔག་བྱེད་ཐུབ་པ། རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱེད་པ་དེར་རིགས་ལམ་  
ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད།

བྱས་ཅང་རིགས་ལམ་ཞེས་ལབ་དུས་སྐབས་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ཐལ་ཟེར་བ་  
གཅིག་དང་། བྱིར་ཟེར་བའི་ཆོག་དེ་སྐྱར་དགོས་པ་ཞིག་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཆོས་ཅན་  
ཟེར་བ་དང་། ཐལ་ཟེར་བ་དང་། བྱིར་ཟེར་དེ་དག་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོད་མ་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་བྱིན་  
པའི་སྐབས་ལ་སྐད་ཡར་རྒྱས་བྱིན་པ་རེད། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོད་མ་རིག་པ་ཁོ་རང་གི་  
པར་རྒྱུར་བད་སྟོད་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ཡར་རྒྱས་བྱིན་པ་རེད། དེ་ཡང་ངི་བ་འདྲི་དུས་  
སྐབས་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཆོག་སྐྱར་གྱི་ཡིན་པ། ལན་བརྒྱབ་དུས་སྐབས་ལ་གང་འདྲ་གང་  
འདྲ་བྱས་ནས་ཆོག་སྐྱར་གྱི་ཡིན་པ། ཡིན་ཞེས་ལབ་པར་འདོད་ཅེས་ལབ་དགོས་པ་དང་། བྱིད་  
རང་གི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཆོས་ཅན་སྤང་ལ་འགྲོ་ཡི་མི་འདུག་ཟེར་བ་ལ་ཉགས་མ་བྱུང་ཅེས་ལབ་དགོས་  
པ་དང་། བྱིད་རང་གི་རྒྱ་མཚན་དེས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལ་བྱབ་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་པ་དེ་ལ་བྱབ་

པ་མ་བྱུང་ཞེས་ལབ་དགོས་པ་དང་། བྱེད་རང་གི་རྒྱ་མཚན་དེ་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལ་འགལ་བྱུང་རེད་  
ཟེར་བ་དེ་ལ་བྱུང་ལོག་བསྐྱགས་ཞེས་ལབ་དགོས་པ། དེ་དག་དེ་ཁོ་སྐད་ཡིག་གི་སྒྲིག་འདུགས་  
ཤིག་བཟོས་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས་རིགས་ལམ་ཤེས་པ་ལ་དེ་དག་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་  
ལབ་ཤེས་དགོས་པའི་བྱུང་པ་ཡོད་མ་རེད།།

རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཇི་ཅམ་གྱི་སྤྲིང་ཞིབ་པ་ཤེས་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཡུལ་གྱི་  
སྤྱི་རིས་འབྱེད་པའི་སྐབས་ལ། སྒོ་ཡུལ་ལ་འདུག་ནས་ཡུལ་ལ་བཞག་དཔུང་བྱེད་པའི་སྐབས་  
ལ་དེ་ཅམ་གྱིས་སྐབས་བདེ་བ་དང་། ཡག་ཏུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་རིང་སང་ཉིན་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་  
པས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་རིགས་ལམ་གྱིས་མ་ལྟར་པའི་སྒྲིན་མང་པོ་ཞིག་སྐྱགས་  
བསྐྱེད་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་ཏྲག་པར་གར་སྤྱོད་གས་པ་དང་སྐྱག་པར་དུ་ང་ཆོ་བོད་  
པའི་ནང་པ་དེ་ཆོས་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པ་ལ་ཆོགས་གཏམ་ཟེར་ནའང་མི་འདུག །རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པ་ལ་  
ཟུར་ཟ་བྱེད་རྒྱ་དག་ཤོས་ཤིག་རེད། དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་ན། ཁོང་ཆོའི་རིགས་ལམ་དེའི་  
ནང་ལ་སྐྱག་ལྡན་གྱི་གཏན་ཆོགས་དང་། མ་ངེས་པའི་གཏན་ཆོགས་མང་པོ་ཞིག་གཏན་ཆོགས་  
ཡང་དག་ཡིན་པ་ལ་ཆ་བཞག་ནས། དེའི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་འགྲོ་སྐབས་ཤིག་ཡོད་  
རེད། བྱས་ཅང་དེ་དག་རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱས་པ་ཡག་པོ་གཅིག་དང་། གནས་ཆད་  
འདྲ་བོ་མ་ལྟར་པའི་ཏྲགས་མཚན་དེ་བསྐྱན་གྱི་ཡོད་རེད། དེར་བྱེད་རང་ཆོས་ཡང་སེ་ཐུགས་  
སྐར་བྱུང་ཡོད་མདོག་ཁ་པོ་རེད། དེ་རིང་སང་ཉིན་ཉམས་ཞིབ་པ་ཆོས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཐག་  
བཅད་གྱི་ཡོད་རེད། དཔེ་མཚན་འདྲ་བོ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་རིགས་ལམ་དེ་ང་རང་ཆོ་  
བོད་པས་བྱིན་ནས་ཐེད་སྤྱོད་མ་བཏང་བ་དེ་འདྲ་མ་རེད། ང་ཆོ་བོད་པས་ཐེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་  
ཡོད་རེད། ཐོད་པས་ཐེད་སྤྱོད་གཏོང་སྐབས་དེ་མ་ངེས་པ་དང་། སྐྱག་ལྡན་གྱི་གཏན་ཆོགས་  
ཐོག་ནས་ཐེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་མ་རེད།

དཔེར་ན་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པས་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཏེ་ཐག་བཅད་སྐབས་འདྲ་བོ་དེ་གང་འདྲ་

སེ་བཅད་ཀྱི་ཡོད་ཅེད་ཅེས་ཟེར་ན། སྤྱི་ལོ་དང་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་གཉིས་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་  
 དུས་ཁོང་ཆོས་སྤྱི་ལོ་དང་། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་གཉིས་པོ་དེས་ནང་པའི་རིག་གཞུང་ལ་འབྲེལ་  
 བ་བྱས་ནས་སྤྱི་ལོ་དང་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་ནང་པའི་རིག་གཞུང་དེ་རྣམས་སྟོན་ལ་བྱུང་ཡོད་ཅེད། སི་  
 སྒྲི་ཏའི་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དེ་དག་སྤྱི་ལོ་མཇུག་ལ་བྱུང་ཡོད་ཅེད་ཅེས་བཤད་  
 རས་ལོ་མང་པོ་ཞིག་གི་བར་དུ་དེ་ལྟར་ཐག་བཅད་ནས་ལབ་བཞུད་པ་ཅེད། ག་རེ་བྱས་ནས་  
 དེ་ལྟར་ལབ་ཀྱི་ཡོད་ཅེད་ཟེར་ན། རྒྱལ་ཕྱོགས་པས་སྤྱི་ལོ་ནང་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དེ་དག་  
 སྟོན་ལ་རྟེན་པ་ཅེད། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་དེའི་གཞུག་ལ་རྟེན་པ་ཅེད། ཁོ་  
 རང་ཆོས་རྟེན་པའི་གོ་རིམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་གསུངས་སྟོན་ལ་རྟེན་པ་དང་། ཁ་གསུངས་རྟེན་ལ་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་དབང་གིས་གཅིག་པོ་དེ་རྟེན་པ་དང་། ཅིག་པོས་དེ་གསར་པ་ཅེད་ཅེས་བྱས་  
 རས་ལབ་བཞུད་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་འདིའི་ནང་ལ་ཏུན་དྲུང་དང་། ཏུན་དྲུང་  
 གི་ལག་བྲིས་མ་མང་པོ་ཞིག་བྱེ་མའི་འོག་ནས་རྟེན་པའི་སྐབས་ལ་སྤྱི་ལོ་སྟོན་ལ་ཡོད་པའི་པ་  
 རྒྱ་གྲི་ཏེ་སྟེ་ཡུལ་མི་རང་བཞིན་པའི་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་བྲིས་པའི་དཔེ་ཆ་དེ་འདྲ་དང་། ལེགས་སྦྱར་  
 ཀྱི་སྐད་ལ་བྲིས་པའི་དཔེ་ཆ་དེ་འདྲ་རྟེན་དུས་གཞི་ནས་སྒྲི་ཏའི་སྐད་ལ་འདྲ་སྤྱི་ལོ་དང་མཚུངས་  
 པའི་དཔེ་ཆ་རྟེན་པ་ཡོད་ས་ཅེད་ཅེས་བཤད་ནས་ཁོང་ཆོའི་སྟོན་མའི་ཐག་གཅོད་དེར་འགྱུར་བཅོས་  
 བཏང་དགོས་བྱུང་བ་ཅེད།

དེ་ལས་ད་དྲུང་དཔེ་མཚོན་གསལ་བ་གཅིག་ཁོང་ཆོས་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་ཅེད་ཟེར་ན།  
 དཔེར་ན་ལྷ་སྦྱབ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་གཞན་པ་གཅིག་སུ་སྟོན་ལ་བྱུང་བ་ཅེད་ཅེས་བཏག་  
 ད་བྱད་བྱེད་དགོས་བྱུང་ན། ལྷ་སྦྱབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ནང་ལ་རྒྱ་གར་མཁས་པ་ག་གེ་མོ་ཕྱོགས་  
 གྲུ་ལ་བཀོད་ནས་དགག་བྱ་བྱས་འདུག །དེ་ཡིན་ཅང་རྒྱ་གར་མཁས་པ་དེ་སྟོན་ལ་བྱུང་ཡོད་  
 ཀྱི་ཅེད། ཡང་མིན་ན་ཆེ་གེ་མོ་ཕྱོགས་སུ་ལ་བཀོད་ནས་དགག་པ་བརྒྱབ་མི་འདུག །དེ་ཡིན་  
 ཅང་དེ་མཇུག་ལ་བྱུང་ཡོད་ཀྱི་ཅེད་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ། གཅིག་གི་ལུང་དེ་གཅིག་གི་ནང་ལ་

དངས་བཞག །གཅིག་གི་ལུང་དེ་གཅིག་གི་ནང་ལ་དངས་མི་འདུག །དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་འདི་  
སྟོན་ལ་བྱུང་བ་རེད། དེ་རྗེས་ལ་བྱུང་བ་རེད། ཅས་དེ་འདྲའི་སྟོན་ནས་ཐག་གཅོད་གྱི་ཡོད་རེད།  
ལྟས་སྟོན་གྱི་ལུང་དེ་མཆོད་སྟོན་གྱིས་དངས་ཡོད་ན། ལྟས་སྟོན་དེ་མཆོད་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལ་བྱུང་  
བའམ་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བ་དེ་ཏན་ཏན་ཐག་ཆོད་གྱི་རེད། དེ་རིག་པ་ཡང་དག་གི་འགྲོ་སྣང་ས་  
རེད། ཁོ་རང་གི་སྟོན་ལ་འམ་དུས་མཉམ་དུ་མ་བྱུང་བ་ཞིག་ ཁོ་རང་གི་མཇུག་ལ་ཡོང་རྒྱ་བསྐྱད་  
པ་ཞིག་གི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་གི་ལུང་དེ་ཁོས་དངས་ཤེས་གྱི་མ་རེད། ལུང་དངས་སའི་བསྟན་  
བཅོས་དེ་ཁོ་རང་གི་སྟོན་ལ་ཡོང་ཆར་ཡོད་པ་དེས་ཏག་ཏག་རྒྱ་ཡིས་ཆོས་རྗེས་སུ་དཔོག་པའི་  
རིག་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཏག་ཏག་འགྲིག་གི་ཡོད་རེད། མཆོད་སྟོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དེ་ལྟས་  
སྟོན་གྱི་སྟོན་ལ་བྱུང་བ་ཟེན་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ལྟས་སྟོན་གྱིས་དེ་མཐོང་དགོས་པའི་བྱུང་བ་དང་།  
མཐོང་རུང་དེ་ལས་ལུང་དངས་དགོས་པའི་བྱུང་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་  
ཡིན་དུས་ལུང་མ་དངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཁོའི་སྟོན་ལ་མ་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་ཐག་བཅད་བསྐྱད་  
པ་དེ་མ་ངེས་པ་རེད། དེར་ངེས་པ་རྩ་བ་ནས་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲའི་རིག་པའི་འགྲོས་དེ་ཡང་  
དག་པ་ཆགས་གྱི་ཡོད་མ་རེད། ཐེབས་ཆག་ཆགས་ཡོད་རེད། མཆོད་སྟོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
དེའི་ནང་ལ་ལྟས་སྟོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་གྱི་ལུང་དངས་མི་འདུག །གལ་ཏེ་སྟོན་ལ་བྱུང་ཡོད་ན་  
ཁོས་ངེས་པར་དུ་ལུང་དངས་དགོས་མདོག་ཁ་པོ་རེད་ཀྱང་། ལུང་མ་དངས་པ་ཡིན་ཅང་། དེ་  
བྱུང་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནའང་སྐྱབ་བྱབ་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། འབྲེལ་བའི་  
ནམ་གཞག་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ཡང་། དེ་སྐྱབ་བྱབ་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་རམ་  
ས་ལར་དཔེ་ཆ་འབྲི་མཁན་ཞིག་གིས་ཆོགས་བཅད་སྟན་པོ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་ན། དེ་ནས་ལོ་ཁ་  
གས་གཅིག་གི་རྗེས་ལ། ལྷ་རྒྱ་ཆ་སྤྲིའི་དཔེ་ཆ་འབྲི་མཁན་ཞིག་གིས་གཞན་དག་གཅིག་བྲིས་  
པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་གི་སྟོན་ལ་བྱུང་བའི་ལྷ་རམ་ས་ལའི་དཔེ་ཆ་འབྲི་མཁན་དེ་ཆོས་གང་བྲིས་  
པ་དེ་དག་དོན་དག་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་། དེ་འདྲིར་ཡིན་གཅིག་མེན་གཅིག་གིས་ལུང་

དངས་དགོས་པའི་ངེས་པ་ཞིག་ཙམ་བ་ནས་ཡོང་བ་ལྟ་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་འདྲའི་རིགས་  
 གྱི་ཚོད་བཏུ་བྱེད་སྐབས་ཟེར་ན་འདྲ་། རིགས་པའི་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཞག་དབྱེད་བྱེད་སྐབས་  
 དེ་རིགས་ལམ་མ་དག་པ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་ག་རེའི་  
 ཐོག་ནས་མ་དག་པ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། བྱབ་པ་ངེས་སྐབས་གྱི་ཐོག་ནས། འདི་  
 འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཟེར་བའི་བྱབ་པ་ངེས་ཚུལ་གྱི་ནམ་གཞག་  
 དེ་གསལ་པོ་མ་བྱུང་བའི་བྱ་མཚན་གྱིས་རེད།

སྤྱིར་བཏང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ཟེར་བ་དང་། བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ཟེར་བ་  
 དང་། རྟོས་པའི་རིགས་པ་ཟེར་བ་དེ་དག་ཚང་མ་ཞིབ་ཚགས་པོ་བྱས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན།  
 མཐའ་མ་དེ་མར་བསྐྱས་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་འཐད་པ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པའི་ནང་ལ་མར་བསྐྱས་  
 ཡོང་གི་རེད། འཐད་པ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པའི་ཡན་ལག་འདྲ་པོ་གཅིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོང་གི་རེད།  
 བྱས་ཙང་རིགས་ལམ་གྱི་ནང་ལ་ནམ་གཞག་བཤད་པ་གཙོ་བོ་དེ་འཐད་པ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པའི་  
 འགྲོས་དེ་ལག་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ནས་རིགས་པ་གཞན་དག་གི་ཐོག་ལ་ལས་སྒྲོ་བོ་བྱས་  
 ནས་ཕར་བྱབ་ནས་འགྲོ་བྱུང་བ་གཅིག་གི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད།

བྱས་ཙང་ང་ཆོས་རིགས་ལམ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ལ། རིགས་ལམ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལམ་  
 ལག་པོས་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེས་བྱས་ན། སྐྱབ་ཚན་གང་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ཡང་དམ་བཅའ་  
 གཅིག་བརྟེན་ཟིན་པའི་རྗེས་ལ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་ཅིག་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ལབ་དགོས་བྱུ་དེ་གལ་  
 ཆེན་པོ་རེད། ཟླ་མི་ཉག་པ་རེད་ད་ཞེས་ལབ་བཞག་པ་དེ་དམ་བཅའ་ཙམ་ཞིག་རེད། གང་  
 ཡིན་ཟེར་ན། ཁོ་རྒྱ་རྒྱུ་གྱི་འདྲུ་བྱས་པ་ཡིན་ཙང་། རྒྱད་ཅིག་རྒྱད་ཅིག་གིས་འཇིག་པ་ཡིན་  
 ཙང་། མི་ཉག་པ་རེད་ད་ཞེས། འདི་འདྲ་བྱས་ནས་ལབ་ཡོད་ན། མི་ཉག་པ་ཡིན་པ་དེ་བཀའ་  
 བཏང་བཞག་པ་འདྲ་པོ་གཅིག་དང་། ཐག་བཅད་བཞག་པ་འདྲ་པོ་གཅིག་མ་ཡིན་པ། མི་ཉག་  
 པ་ཡིན་པའི་བྱ་མཚན་དེ། མི་ཉག་པ་ཡིན་པའི་ཉགས་དེ། མི་ཉག་པ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དེ།

མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཚད་མ་དེ། མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་རྩ་ལ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་དང་མཉམ་  
དུ་ལབ་པ་ཡིན་ཅང་ཁོས་མི་རྟག་པ་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་གོ་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ། སྐད་ཆ་དེར་  
བསམ་སྒྲོག་དོང་དུས་སྐབས་ལ། དེ་ག་རང་ཡིན་པ་རེད་བསམ་བསམ་དེར་ཆ་བཞག་པ་མ་ཡིན་  
པ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས། ཨ་ལད་ད། གནས་ལུགས་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། ལྟོས་ཆ་  
འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། རྩ་མཚན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། འཐད་པ་སྦྱབ་པའི་ལམ་  
འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་དེ་མི་རྟག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་བསམ་པ་དྲན་དུས་སྐབས་ལ།  
བསམ་སྒྲོག་དོང་སྤངས་ནང་ལ་བྱུང་པར་ག་རེ་ཡོང་གི་རེད་ཟེར་ན། གཞན་དག་གཅིག་ལ་སྐྱ་  
ལ་ཡོད་པའི་རྩ་མཚན་དེ་དག་མཐོང་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་འདི་ཡང་མི་རྟག་པ་ཡིན་ས་རེད། གང་  
ཡིན་ཟེར་ན། རྩ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྦྱབ་བྱེད་རྩ་མཚན་དེ་འདིའི་ཐོག་ལ་འང་ཆང་གི་འདུག་  
ཅེས་བསམ་པའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་སྦྱབ་མ་ཁོ་རང་གིས་གདོང་བྱབ་པ་གཅིག་གི་སྒྲོའི་རྩས་པ་གཅིག་  
བསྐྱེན་པ་ཡིན་ན། འོ་ད་དེ་རིགས་ལམ་བསྐྱབས་པ་རེད། དེ་ལ་རིགས་ལམ་འཇགས་འགྲོ་  
ཡི་ཡོད་རེད།

དེ་རེད། ཅན་ལགས་ཀྱིས་གསུངས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བསམ་ནས་ཆ་བཞག་རྩ་གཅིག་  
དང་། དེ་མ་རེད། ཅན་ལགས་ཀྱིས་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་ཞེས་དེ་མ་གདོགས་དེ་ལས་  
སྦྱོས་ཏེ་དེ་ཡིན་པའི་རྩ་མཚན་འདི་རེད། འདི་མ་ཡིན་པའི་རྩ་མཚན་འདི་རེད་ཅེས་བསམ་རྒྱུའི་  
སྒྲོའི་རྩས་པ་དེ་སྦྱབ་མའི་རྒྱད་ལ་མ་སྦྱབས་པ་ཡིན་ན། སྦྱབ་སྤྱག་གི་རྒྱད་ལ་མ་སྦྱབས་པ་ཡིན་  
ན། དེ་རིགས་ལམ་སྦྱབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཆང་མ་ཐག་བཅད་ནས་བསྐྱབས་བཞག་པ་ཞིག་  
རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བསམ་སྒྲོག་དོང་བ་དང་། རྩ་མཚན་དྲངས་ཏེ་ངེས་  
པ་རྟོག་པ་བྱེད་རྒྱུའི་གཤིས་ཀ་དེ་སྤྱ་གུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་ནས་འཇགས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྤ་  
གུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་ལ་འཇགས་པ་ཡིན་ན། གཞན་ལས་འཇགས་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། གང་  
ཡིན་ཟེར་ན། སྤ་གུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོའི་བསམ་སྒྲོ་དེར་སྐད་ཆ་མང་པོ་འདྲི་རྒྱུའི་གཤིས་ཀ་དེ་ཡོད་

རེད། ཟླ་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན་ན། དེ་ག་རེ་རེད། དེ་ཟླ་བ་རེད་ཅེས་ལབ་ན། ཟླ་བ་  
 ཟེར་ན་ག་རེ་རེད་ཅེས་ངེས་པའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་བོད་པའི་ཕ་མ་ཚོ་དང་། བོད་པའི་དགེ་ཆན་  
 ཚོའི་གཤེས་ཀ་ལ་དེར་ཞིབ་ཚགས་བྱས་ཏེ་ལན་ཀྱག་རྒྱུའི་གཤེས་ཀ་མེད་པ་དང་། ལྷག་པར་  
 དུ་ཕུ་གུ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཚོས་སྐད་ཆ་མང་པོ་ངེས་པའི་སྐབས་ལ་ཕ་མ་སྤྱན་མཆོད་དང་དགེ་ཆན་སུ་ཡིན་  
 ན་འང་སུན་སྤང་བྱས་ཏེ། ད་ཁ་ཁར་སྤྲོད་ཅེས་ལབ་པའི་གཤེས་ཀ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་རྒྱབ་  
 ཕྱོགས་པས་ཞེ་དྲགས་སྤྱག་ཅག་ལ་བཙེ་ཡི་འདུག །ངས་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་བདེན་པ་རེད་བསམ་  
 གྱི་འདུག །སྤྱ་གུའི་སྒྲོའི་རྒྱས་པ། དྲིས་པ་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་དག་གི་སྒྲོའི་རྒྱས་པ་རིམ་པས་ཡར་  
 འཕེལ་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་ག་རེ་ཡིན་ནམ། ག་རེ་ཡིན་ནམ་བསམ་པ་ཞིག་དང་། ག་རེ་བྱས་  
 ནས། ག་རེ་བྱས་ནས་(What and Why) བསམ་པ་ཞིག་ཁོ་རང་ལ་རང་བཞིན་སྒྲོའི་  
 རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། དྲིས་ཅང་ང་ཚོ་ལན་ཀྱག་མཁན་དེ་ཚོས་ག་རེ་རེད་ཟེར་བ་དེ་  
 ལ་ལན་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ནའང་། ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ལན་མ་བརྒྱབ་པ་བྱས་ནས་  
 བཞག་བཞག་པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་བསྐྱབས་གྱི་ཡོད་མ་རེད། ཡར་འཛིན་གྲ་གང་འཆོམས་  
 བྱིག་ལ་སྐྱེབས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཕུ་གུ་ཞིག་གིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མ་གཏོགས་བཞི་མེད་  
 པ་ག་རེ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ངེས་སོང་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གངས་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་  
 བཤད་དགོས་རེད་མ་གཏོགས་ཁྱེད་རང་གི་ངེས་བྱ་བ་མི་འདུག་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ། ཁ་  
 ཁར་བསྤྲོད་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ། དཔེ་ཆའི་ནང་ལ་གསུམ་མ་གཏོགས་བཤད་ཡོད་མ་རེད་  
 ཟེར་བ་འདྲ་པོ། གནའ་སྤྱ་མོ་ནས་གསུམ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། ཁོས་  
 རིགས་ལམ་ཤེས་རྒྱུའི་ལམ་ཁ་དེ་འགག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་དགེ་ཆན་གྱིས་རིགས་ལམ་  
 བསྐྱབ་སྤངས་ཤེས་གྱི་ཡོད་མ་རེད་ལ། ནང་ཚོས་བསྐྱབ་སྤངས་ཀྱང་ཤེས་གྱི་ཡོད་མ་རེད། ནང་  
 ཚོས་དང་རིགས་ལམ་གཉིས་ཀ་རྒྱ་མཚན་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་རྒྱུ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་  
 བསྐྱབས་པ་ནང་བཞིན་དོགས་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད་ད། ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་རེད་ད། ཡིད་



ཆེས་མ་བྱས་ན་དུལ་བར་ཟགས་ཀྱི་རེད་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེས་ཆོས་  
དང་རིགས་ལམ་བསྐབ་སྤངས་ཀྱི་སྒྲིབ་འགག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་སྐད་ཆ་ག་ཆོད་  
དྲིས་པ་ཡིན་ནའང་། སྐད་ཆ་འདྲི་བ་པོ་དེས་གོང་ནས་གོང་དུ་ག་ཆོད་དྲིས་པ་ཡིན་ནའང་དྲིས་  
པ་དེ་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་དེ་དང་མཐུན་པའི་ལན་འདེབས་དགོས། དེ་བ་བྱ་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་བ་དེ་བྱ་བ་ཡོད་པའི་བཟོ་ལྗང་བྱ་ཞིག་བཟོས་ཏེ། ཁོའི་སྤྲོད་སྟོབས་འདྲ་པོ་སྤེལ་  
ནས། དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་མཐའ་བསྐྱར་རི་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་མང་པོའི་ཐོག་ནས་ལན་  
བརྒྱབ་རྒྱ་དང་། སར་དྲིས་པའི་སྟོབས་སུའང་རྒྱ་མཚན་ག་སྟག་དྲིས་ཏེ། ཅི་ཅི་ཅིག་ག་རེ་རེད་  
ཅེས་དྲིས་པ་དེ་ལ་ལན་བརྒྱབ་ཐུབ་སོང་ན། དེ་དེ་འདྲ་ཡིན་དགོས་པ་ག་རེ་རེད་ཅེས་ཡང་བསྐྱར་  
སྐད་ཆ་འདྲི་བ་བཅས་དེ་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཐིམ་པ་ཡིན་ན། དུ་གུ་ཁོ་རང་གི་གཤིས་ཀ་དེ་ལ་རིམ་པས་  
རིམ་པས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསམ་མོ་གཏོང་སྤངས་ཀྱི་གཤིས་ཀ་འཇགས་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་  
འགྲོས་འདྲ་པོ་གཅིག་ཆགས་སོང་ན་གཤིས་ཀ་དེར་འཇགས་འགྲོ་ཡི་འདུག་ག།

ཇེ། ཀྱི་སྒྲིམ་ཕར་ཉིའི་མཉམ་དུ་སྐད་ཆ་བཤད་སྟོད་མཁན་མི་མང་ཆེ་བ་ཆང་མར་གྱི་  
སྒྲིམ་ཕར་ཉིའི་རིག་འགྲོས་འཇགས་བསྟན་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། འདི་ལྟར་བྱས་  
ཏེ་བསམ་མོ་གཏོང་དགོས་འདུག་ཅེས་བསམ་པ་འདྲ་པོ་གཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་  
ནི་གཤིས་སྟོབ་མ་དེ་ཆོ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་གི་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་དེ་ཁོ་རང་གི་སྟོབ་མ་ཆང་  
མ་ལ་འཇགས་བསྟན་ཡོད་རེད། དེ་ག་རེ་བྱས་ཏེ་ཆགས་པ་རེད་ཟེར་ན། ཁོ་རང་གིས་ག་དུས་  
ཡིན་ནའང་ཁོང་ཆོ་ལ་ནམ་རྒྱུན་སྐད་ཆ་བཤད་དུས་སྟོབས་ལ། འགྲོས་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
གཙོ་པོ་བཟུང་སྟེ་མཐའ་ལ་བཀར་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ཙང་རེད།

ས་ཡི་བྱ་བུ་ཡི་སྟོབ་མ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་བསམ་མོ་གཏོང་སྤངས་ཀྱི་འགྲོས་འདྲ་པོ་གང་  
ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཐལ་རྩལ་གཅིག་རག་སོང་ངམ། སྐྱེ་འདྲ་རག་སོང་ངམ། ཆོགས་ཁེབ་  
གཅིག་རག་སོང་ངམ། དེ་རེད་མ་གཏོགས་བསམ་མོའི་ནང་ལ་ས་ཡི་བྱ་བུ་ཡི་སྟོབ་མ་ཡིན་པའི་

ཁྱུ་མཆོན་གྱིས་ཤེས་བྱའི་གནད་ལ་བསྟམས་པའི་སྐབས་ལ་མི་འདྲ་བཞིག་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།  
 ཁ་ཆེ་ཡིན་ན་ཁ་ཆེའི་བསམ་སྒྲོག་གོང་སྤངས་རང་དང་། ཡེ་ཤུ་ཡིན་ན་ཡེ་ཤུའི་བསམ་སྒྲོག་གོང་  
 སྤངས། ཉིན་དུ་ཡིན་ན་ཉིན་དུའི་བསམ་སྒྲོག་གོང་སྤངས་དེ་ག་རང་མ་གཏོགས། དཔེར་ན་  
 གྱི་སྒྲི་མུར་ཉི་ཟེར་བ་འདྲ་པོ་དང་། ཨན་ཏོ་ལི་བུ་སྒྲི་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ང་ཆོའི་དུས་རབས་  
 ལ་བྱུང་བའི་རྒྱ་གར་ནང་ལ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པའི་སྟོན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད་པ། དེ་དག་རང་རང་  
 སོ་སོ་ལ་རིག་པའི་འགྲོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ། ཁོ་རང་ཆོའི་རིགས་ལམ་དེད་སྤངས་ཀྱི་འགྲོས་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རེ་ཡོད་རེད། དེ་དེད་ནས་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ། མི་ཆང་མ་རྗེས་མ་གནས་  
 ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ལམ་སང་ཡིད་ཆེས་མ་བྱས་པ་བྱས་ནས་རིགས་འཕུལ་ལ་དེ་འདྲ་  
 ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོག་གོང་རྒྱ་དང་། རིགས་འཕུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དབྱེད་པ་  
 རྱེད་རྒྱུའི་ཐོམས་གཤིས་དེ་ཆགས་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་མོངས་དད་ཡོང་རྒྱུའི་ལམ་དེ་མང་པོ་ཞིག་  
 འགག་འགྲོ་བཞིག་རེད། བྱས་ཅང་རིགས་ལམ་བསྐྱབ་སྤངས་ཀྱི་འགྲོས་གཙོ་བོ་དེ་འཛིན་གྱའི་  
 ནང་ལ་བྱི་བ་བྱི་ལན་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་བྱེད་དགོས་རྒྱ་དང་། ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཐག་མ་  
 བཅད་པ་བྱས་ཏེ་བཞག་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་དགས་རེད།

གྲུ་ས་ལ་དགེ་ཆུན་ཆོས་དྭགས་གསལ་བཏང་སྟེ་ལབ་ས་མི་རག་པ་ག་སྟག་ཅིག་བཟོས་  
 ཏེ་བཞག་པ་མ་གཏོགས་འདི་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཟིན་མཆོམས་འདི་ལྟར་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་ཟིན་  
 མཆོམས་དེ་བསྐྱབ་ཀྱི་མི་འདུག །དེང་སང་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མ་ཤེས་མ་གཏོགས་སྟོན་མ་  
 ཡིན་ན་དགེ་ཆུན་དེས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དགེ་ལྷན་ཆོ་ལ་བསྐྱབས་ཀྱི་མ་རེད། དེ་མ་བསྐྱབས་  
 པ་དེ་རིགས་ལམ་འཕེལ་རྒྱ་དང་། རིག་པའི་དབྱེད་པ་འཕེལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་རེད་མ་གཏོགས་བསམ་  
 གནག་བྱས་པ་གང་ཡང་མ་རེད། བསྐྱས་གྲུ་བཟུ་རྒྱ་དེ་འང་དེ་ག་རང་རེད། ཡིན་པ་ཆང་མ་  
 མིན་པར་སྐྱབ་བྱུང་པ་ཆགས་པ་དང་། མིན་པ་ཆང་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བྱུང་པའི་ཆད་ཅིག་ཆགས་  
 མོང་ན་བསྐྱས་གྲུ་བྱུང་བའི་ཆད་རེད་ཅེས་ཟེར་ཡོང་། བསྐྱས་གྲུ་ཞེས་བསྐྱབ་བསྐྱད་རྒྱ་དེ་གཞུང་

ཆེན་པོའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་རིགས་ལམ་ལ་མཁོ་བའི་དོན་དག་ཆང་མ་ཚུར་རུབ་རུབ་བཟོས་ཏེ་  
བསྐྱས་བཞག་པ་དེ་ལ། ར་བ་གཅིག་གི་ནང་ལ་བསྐྱས་བཞག་པ་དེ་ལ་བསྐྱས་རྒྱལ་ལ་བསྐྱས་གྲ་  
ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། གྲུས་ཅང་དེ་ཚུར་བསྐྱས་ནས་ཁ་ལ་བྱང་པོ་གྲུས་དུས་སྐབས་ལ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གནས་ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད་ཅེས་ལབ་དུས་སྐབས་ལ། རྒྱའི་ཟུར་  
ནས་ཨ་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ག་རེ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དགོས་  
ཀྱི་རེད། འདི་རེད་འདུག་གམ། བྱད་ཆོས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཆང་འདུག་གམ། ལམ་སང་དེའི་  
ཐོག་ལ་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲོམ་པོ་འཁོར་གྱི་རེད། དམར་ལམ་པ་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན་ན། དམར་  
ལམ་པ་དེ་མེ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། རིག་པའི་འགྲོས་མ་ཆགས་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་ལམ་  
སང་དེ་མེ་ཡིན་པ་རེད་བསམ་དྲན་ནས། རྒྱགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཟེར་ནའང་མི་འདུག། རྫོང་ས་  
དད་གྱི་ཡིད་ཆེས་སྒྲི་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད། རིགས་ལམ་ཡོད་མཁན་མི་ཞིག་ཡིན་ན། དམར་  
ལམ་པ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། དེ་ཆ་པོ་འདུག་གམ། བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱས་གྱི་འདུག་གམ།  
ཞེས་ལམ་སང་དེའི་ཐོག་ལ་དཔུང་པ་ཞུགས་གྱི་རེད། ཆ་བའི་རིག་བྱ་ཡོད་པ་དང་། བསྐྱེད་  
པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། གཞི་ནས་དེ་མེ་རེད་བཞག་བསམ་པ་དྲན་པ་དང་། དེ་  
འདྲ་མིན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་མེའི་ཁ་མདོག་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆ་ཞིང་བསྐྱེད་པའི་  
བྱད་ཆོས་དང་མི་ལྡན་པ་ཡིན་ཅང་དེ་མེ་རེད་མི་འདུག་བསམ་པ་དང་། དེ་འདྲའི་དཔུང་པ་ཞུགས་  
ཏེ་དཔུང་པའི་ལམ་ནས་མཐའ་རྟེན་རྒྱ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་འགྲོ་བའི་རྒྱའི་གོམས་པ་འདྲ་བོ་ཞིག་ །རྒྱ་  
ལ་ལེགས་བྱང་འདྲ་བོ་ཆགས་སང་བ་ཡིན་ན། དེ་རིགས་ལམ་ནང་ལ་འཚུད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད།  
རིགས་ལམ་བསྐྱབ་སྤངས་དེ་རེད།

གྲུས་ཅང་རིགས་ལམ་སྒྲོབ་དུས་སྐབས་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ཉགས་རིགས་ཟུར་  
དུ་འཕྱུང་བཞག་པ་དེ་རྒྱང་རྒྱང་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་རྒྱུར་མཚམས་བཟུང་བ་ཡིན་ན་རྒྱ་རྒྱང་ཐག་  
ཆོད་གྱི་རེད། བོད་གྱི་ཀ་ཁ་བསྐྱབ་དུས་ནས་བྱས་ཏེ་བོད་གྱི་སྐད་ནང་ལ་དཔུངས་བཞི་མ་གཏོགས་

མི་དགོས་པ་དེ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད། དབྱངས་བཞི་དགོས་སྐྱེ་དེ་དབྱངས་བཞི་ལས་ཉུང་བ་ཡིན་ན་ག་རེ་ཆང་གི་ཡོད་མ་རེད། དབྱངས་བཞི་ལས་མང་བ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་ཁྱེད་ཆོའི་ནང་དབྱངས་ལྗེ་འདོད་མཁན་ཡོད་ཀྱི་རེད། དབྱངས་ལྗེ་འདོད་མཁན་ཡིན་ན་འང་ཁྱད་པར་མི་འདུག །དབྱངས་ལྗེ་འདོད་མཁན་དེ་ཡིས་ག་རེ་བྱས་ནས་དབྱངས་ལྗེར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དབྱངས་ལྗེ་ལས་མང་བ་མི་དགོས་པ་དེ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད། དབྱངས་ལྗེ་ལས་ཉུང་ན་མི་འགྲིག་པ་དེ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད། དེའི་སྐྱེ་མཚན་དེ་ནམས་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་ང་ཤེས་པ་ཆགས་སོང་ན། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ནང་ལ་སྐྱེ་མཚན་མ་གཏོགས་མི་དགོས་པ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ལ་གསལ་བྱེད་མང་པོ་ཡོད་རེད། རྒྱ་མིའི་སྐད་ལ་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་དཔྱེ་བ་མ་བྱེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་ཏ་ལས་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། དཔྱིན་ཇིའི་སྐད་ལ་ང་ཆོ་ལས་ཉུང་བའི་གསལ་བྱེད་ཡོད་རེད། སྐད་ཡིག་གཞན་པ་ཆང་མར་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ནམ་གཞག་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད།

ང་ཆོ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལ་གསལ་བྱེད་སྐྱེ་མཚན་ཅུ་དང་། དབྱངས་བཞི་འཕྲུལ་ལ་འདོད་པ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་རེད། ཁྱེད་རང་ཆོའི་ནང་ལ་དབྱངས་ལྗེ་འདོད་མཁན་མང་བ་ཡོད་རེད་དམ་དབྱངས་བཞི་འདོད་མཁན་མང་བ་ཡོད། (དགེ་ཆེན་གཅིག་གིས་མཚམས་འདིར་བཞིར་འདོད་མཁན་མང་བ་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པར། དབྱངས་བཞི་འདོད་མཁན་མང་བ་ཡོད་དམ། ཁྱྱོད་ཀྱིས་ཆང་མའི་དོན་དག་ཐག་ཆོད་པ་ག་རེ་ཡིན་ནམ། ཞེས་ཅེད་མཚར་གྱིས་གསུངས་པར་ཆང་མ་གད་མོ་ཤོར།) གོང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲས་མཚོན་དོན་དག་ག་རེ་ཡིན་ན་འང་དཔྱེ་བ་འབྱེད་དགོས་པ་སྟེ། རིགས་ལམ་མ་ཆགས་དང་ཆགས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་ག་རེ་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། སྐད་ཆ་བཤད་དུས་སྐབས་ལ་སྐྱེ་མཚན་བྱེ་ནས། གསལ་པོ་བྱས་ཏེ། དཔྱེ་བ་བྱེས་བྱུང་བ་ཞིག་གོང་ནས་གོང་དུ་ག་ཆོད་དེས་པ་ཡིན་ན་འང་དྲི་བ་དེ་དག་ལ་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ལན་བརྒྱབ་བྱུང་བའི་བསམ་སྒྲོའི་འགྲོས་དེ་སྐྱེ་བས་སྐྱེ་དེ་ལ་རིགས་ལམ་ཟེར་བ་རེད། རིགས་ལམ་གྱི་སྒྲོ་བ་སྣངས་དེ་རེད།

དཔེར་ན་ཆ་བཞག་ན་ཀ་ཁ་སྟོབ་པའི་སྐབས་ལ་ཡིན་ཡང་དང་པོ་ཀ་ཁ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྟོབ་  
དུས་སྐབས་ལའང་རིགས་ལམ་དང་སྒྱར་ནས་བསྐྱབས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་བྲགས་རེད།  
གི་གྲུ་དང་དབྱངས་ཨི་གཉིས་པོ་དེའི་བྱད་པར་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ནན་པ་ཆོས་ཀྱང་ལབ་ཤེས་ཀྱི་མི་  
འདུག གི་གྲུ་ཟེར་ན་དབྱངས་ཨི་ཡི་དོན་དག་ཡིན་པའི་བཟོ་དང་དབྱངས་ཨི་ཞེས་ལབ་པ་  
ཡིན་ནའང་གི་གྲུ་ཡིན་པའི་བཟོ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཕྱེད་ཀྱི་འདུག རེ་རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་གསལ་  
པོ་བྱས་ཏེ་དབྱེ་བ་མ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ཅང་། གི་གྲུ་ཟེར་བ་དེ་དབྱངས་ཨི་དེ་ཡིག་གཟུགས་ལ་བྲིས་  
པའི་སྐབས་ལ་ཡི་གེའི་འགོ་ལ་སྒྱར་རྒྱུའི་གྲུག་གྲུག་གི་བཟོ་ལྟ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེའི་མིང་ལ་གི་  
གྲུ་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད། དབྱངས་ཨུ་མཆོན་ཕྱེད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལ། ཡི་གེའི་འོག་ལ་སྒྱར་  
རྒྱུའི་གྲུག་གྲུག་གི་གཟུགས་དེ་ལ་ཞབས་ཀྱི་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཞབས་ཀྱི་དང་ཨུ་  
གཉིས་པོ་དེ་གཅིག་པ་མ་རེད། ཞབས་ཀྱི་དེ་དབྱངས་མ་རེད། ཞབས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་མིང་  
རེད། དབྱངས་དེ་ཨུ་ཟེར་བའི་ངག་གི་གདངས་དེ་རེད། ངག་གི་གདངས་དེ་བྱེ་བྲག་པ་ཚུན་  
ཆད་ལ་གཟུགས་སུ་འབྲེ་བའི་སྐབས་ལ་ཨ་ཡི་གཟུགས་གཅིག་བྲིས་ཏེ་དེའི་འོག་ལ་ཞབས་ཀྱི་འབྲེ་  
ཡི་ཡོད་རེད། ཞབས་ཀྱི་ཟེར་བ་དེ་གཟུགས་རང་གི་མིང་རེད་མ་གཏོགས་དབྱངས་ཀྱི་མིང་མ་  
རེད། དེ་འདྲའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་རྒྱ་དེ། དང་པོ་གསལ་པོ་བྱས་ཏེ་འབྱེད་ཤེས་པ་དང་། དེ་འདྲའི་  
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཤེས་པ། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཁ་ནས་ལབ་ཤེས་པ་ཞིག ཁ་ནས་ལབ་སྟངས་དང་།  
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྟངས། ལུལ་འཛིན་སྟངས་དེ་དག་ཆང་མ་སྤྱི་རིས་ཕྱེས་ཏེ་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་  
ནས་སྤྱི་རིས་ཕྱེས་ནས་འགོ་རྒྱུ་དེ་ལ་རིགས་ལམ་ཟེར་གྱི་རེད། དེ་ཆོས་ཅན་དུ་མ་ཡིན་པར་ཆབ་  
སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ལའང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་པོ་གཅིག་རེད། དཔེར་ན་ང་རང་ཆོ་བོད་པའི་ནང་ལ་སྐད་  
ཆའི་དབྱེ་བ་བྱེ་བྲག་པ་དེ་ནམས་གསལ་པོ་བྱས་ནས་འབྱེད་མི་ཤེས་པ་བྱས་ནས། སྤྱད་དོན་  
ཀྱི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་ཞེ་པོ་གཅིག་འབྲུག་འགྲོ་ཡི་འདུག ཆོག་རེ་རེ་ལའང་  
དོན་གྱི་སྤྱི་རིས་མི་འདྲ་བ་འབྱེད་ཐུབ་པའི་བྱད་པར་ཞེ་པོ་གཅིག་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་དེ་ནམས་

ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་རྒྱུ་ལོ་ལྷན་གྱི་ཁྱེད་པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན། ཚད་མ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་འདྲེས་ནས་བཞུགས་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད།

བྱས་ཅང་རིགས་ལམ་སྟོན་སྤངས་དེ་ཡིན་གཅིག་མེན་གཅིག་སྟོན་ཆེན་གང་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ཡང་དེའི་ནང་ལ་རིགས་ལམ་དང་ལྡན་པ། རིགས་ལམ་དང་མཐུན་པ། རིགས་ལམ་དང་འདྲེས་པ་བྱས་ཏེ་བསྐྱབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། རིགས་རིགས་སྟོན་རིག་ཟུར་དུ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དེ་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་ཤིག་རེད། དེ་ཁོ་རང་ཁོ་རང་བསྐྱབ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་རེད། བོད་ལ་ཡིན་ན་རིགས་ལམ་བསྐྱབ་རྒྱུ་ཐབས་གཙོ་བོ་དེ་བསྐྱས་གྲུ་བསྐྱབས་ནས་ཚོད་པ་ཚོད་འཇུག་རྒྱུ་དེ་རེད། ཏང་ཆོ་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་ཚོད་པ་ཚོད་རྒྱུ་དང་། རིགས་གསལ་གཏོང་རྒྱུ་གོ་སྐབས་མེད་པ་ཡིན་ཅང་དྲི་བ་དྲི་ལན་རང་གི་ཐོག་ནས། ཚོད་པ་ཚོད་པ་ནང་བཞིན་བྱས་ཏེ། དྲི་བ་དྲི་ལན་དེ་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཕྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། རིགས་ལམ་སྤྱང་རྒྱུ་དང་རིགས་ལམ་བསྐྱབ་རྒྱ་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །

དེ་ག་ནང་བཞིན་ནང་ཆོས་སྟོན་སྤངས་དེ་ཁ་སང་ངས་ཟུར་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཆོས་དེ་སྟོན་ཆེན་ཞིག་བྱས་ནས་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་བསྐྱབས་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ཆོས་བཤད་གྱི་ཡོད་བསམ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྒྱན་སྒྲེལ་གྱི་ཡོད་བསམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད། ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ནང་ལའང་དེའི་ལུགས་སྟོན་མེད་པ་མ་རེད། བོད་ལ་དེའི་ལུགས་སྟོན་ཡོད་རེད། བྱིད་རྒྱན་མེད་པའི་གཞུང་དེ་ཆོ་ཡང་སྤྲོ་མ་དེ་ཆོས་དེ་ངས་རྩལ་བཤད་ཡིན་ཞེས་བྱས་ནས་བྱིད་རྒྱན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་དོན་དག་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་། གཞུང་ལུགས་དེ་ཆོ་འོ་ཐོག་ལ་རྩལ་བཤད་གནང་སྟེ་བྱིད་པའི་ལུགས་སྟོན་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བསྐྱབས་པ་གང་ཞིག་ལ་དགོ་ཆེན་དགོ་སྤྱད་གི་འབྲེལ་བ་མ་བཞག་པར་བསྐྱབས་བསྐྱད་པ་དེ་ཡང་བོད་ལ་ལུགས་སྟོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་མཁའ་པོ་ཆོས་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་བརྩེ་བཞག་(༡) སྐབས་འདིར་གཞུང་དང་ཡིག་ཆ་མས་སྟོན་ཐོག་ནས་འཛིན་གྲུ་སོ་སོར་གནང་བ་ལ་གོ་ཞིང་། སྐབས་གཞན་དུ་སྟོན་འཛིན་

བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ས་སྤྱད་པ་དང་། ཞིབ་བཤེར་ལའང་འདུག་པ་ཡིད། )གནང་རྒྱ་དང་། མཁན་པོས་ཆོས་རྩེ་  
ནང་ལ་གསུང་ཆོས་གནང་རྒྱ་དེ་དག་མཁན་པོ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་མཁན་  
གྲུ་མའི་ནང་ལ་དཀོན་པོ་རེད། བཙུ་བཞག་ཞུས་པ་རེད། ཆོས་གྲུའི་ནང་དཔྱིད་ཆོས་ཞུས་པ་  
རེད། དབྱར་ཆོས་ཞུས་པ་རེད་བསམ་བསམ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཕྱག་འཆལ་གྱི་ཡོད་རེད། མཐུལ་  
ཕུལ་གྱི་ཡོད་པ་བཅས་ཡིན་མདོག་ཁ་པོ་བྱས་ཏེ་ཞུས་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་མཁན་པོ་ལ་  
བྱ་མའི་འདུ་ཤེས་མ་བྱེད་མཁན་ཡོད་ཤིང་། ཤ་ཤེས་ག་རེ་ལའགྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན།  
དེ་སྤྱིག་ལམ་རེད། མཁན་པོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཁོ་རང་གིས་བཤད་དགོས་རྒྱ་དེ་ཁྲལ་རེད། ང་  
གྲུ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཉན་དགོས་རྒྱ་དེ་ཁྲལ་རེད་མ་གཏོགས་ངས་བྱ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་  
།མཁན་པོས་ང་ལ་སློབ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་སྟེ་བཤད་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་བྱ་མ་  
དང་སློབ་མའི་འབྲེལ་བ་ཆགས་གྱི་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་མཁན་པོ་ལ་བྱ་མའི་མི་བཙུ་མཁན་སྟོན་མ་  
པོད་ལའང་ཡོད་རེད།

དེ་གནང་བཞིན་དགའ་ལྡན་བྲི་པས་རྟག་པར་གསུང་ཆོས་གནང་བཟུང་རྒྱ་དང་། དགའ་  
ལྡན་བྲི་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་ང་ཆོ་བོད་ལ་བྱ་མ་དུང་དཀར་པ་ཏུ་ཟེར་མཁན་བྲི་པ་ནང་བཞིན་གཅིག་  
ཡོད་རེད། བྱ་མ་དུང་དཀར་པ་ཏུ་ས་ཀའི་སྟོན་བཞིན་ཆོས་བཤད་པ་དེ་ཆོ་ལ་སྤྱོད་ཆོ་མོ་ཁ་  
ཤས་ཉན་མཁན་ཡོད་རེད། ཁོང་ཆོ་སློབ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་གཞག་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་  
རང་གིས་བཤད་བཟུང་གྱི་ཡོད་རེད། ཉན་མཁན་ཁ་ཤས་ལངས་བཟུང་ཡོད་རེད། ཁ་ཤས་  
བཟུང་ཡོད་རེད། དེ་ག་སེ་བྲི་མ་ལ་བྱ་མ་མ་ཆི་འདོན་མཁན་ཡིན་པའི་བཙུ་ཕ་བྱུ་ཞིག་ཡོད་རེད།  
དེ་ཆོ་འཛིན་གས་དེ་རྣམས་ཆོག་སྤྱི་ཅམ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་  
དག་ནན་དག་སྤྱི་གི་འབྲེལ་བ་བཞག་མི་དགོས་པར། བྱ་མ་སློབ་མའི་འབྲེལ་བ་བཞག་མི་དགོས་  
པར། ཆོས་འཆད་ཉན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་བཙུ་མི་དགོས་པ་བྱས་ཏེ་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་སློབ་ཆན་  
གྱི་ངོ་པོ་བྱས་ནས་བསྐབ་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་དག་ཆོ་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷག་པར་དུ་ནང་ཆོས་

ཀྱི་རྒྱལ་གཞག་སློབ་དེབ་ནང་ལ་ཡོད་པ་སློབ་པའི་སྐབས་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཡིན་གཅིག་  
 མིན་གཅིག་མཐུན་དགོས་པ་གཅིག་རེད། ཡང་དེའི་ནང་ལ་དག་ཅན་དག་སྤྱག་གི་འབྲེལ་བ་  
 བཞག་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དག་ཅན་དག་སྤྱག་གི་འདུ་ཤེས་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་  
 པ་ཡིན་ན། ཆོས་འཆད་ཉན་རང་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། ལྷ་མ་བརྟུང་པའི་མཁན་པོས་འགྲེལ་  
 པ་བཞི་སྟགས་གནང་གི་ཡོད་རེད། མཁན་པོ་ལ་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་རང་གི་འདུ་ཤེས་དང་འགྲེལ་  
 པ་བཞི་སྟགས་ཁྱས་ཏེ་དེ་ག་རང་གི་བྲིད་རྒྱུ་གི་མོ་ཆོད་པ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད། བོད་  
 ཀྱི་ལྷ་མ་མང་པོས་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་དེ་བརྟུང་པའི་སྟེག་འཕྲུགས་ནང་ནས་ཁྱས་པ་དེས་ཁྱངས་  
 འཁྲོལ་བ་བྱས་ཏེ་མཁན་པོ་ལ་སྒྲ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཁྱངས་འཁྲོལ་བ་བྱེད་བཟུང་མཁན་  
 ཡོད་རེད། འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ཁྱས་པ་དེ་སྦྱར་བཏང་གི་ཆ་ལ་ཕྱིན་ནས་མཁན་པོ་ལ་ལྷ་མར་  
 མི་བརྩེ་མཁན་ཡང་ཡོད་རེད། དེ་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་སྟངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རེད།  
 སློབ་གྲུའི་ནང་ལ་ཡིན་ཡང་དག་ཅན་ལ་ལྷ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ང་ལ་ཆོས་གནང་རོགས་  
 གནང་ཞེས་ཁྱ་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་ཡིན་ཡང་རེད། འཛིན་གྲུའི་ཕྱི་  
 རོགས་སུ་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷ་མ་རང་དོན་ཏེ་ཆོས་གནང་བ་ཡིན་ན་མི་འོས་པ་དང་མི་འགྲིག་  
 པ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ཡང་སྦྱར་བཏང་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལ་ཆོས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་བྱེད་སྟངས་  
 དེ་ད་ལྟ་ངས་གོ་དུ་ཁྱས་པ་ནང་བཞིན་རེད། སློབ་ཆན་གཅིག་གི་དོ་བོ་ལ་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་  
 དགོས་པ་ཞིག་རེད།

སློབ་ཆན་གཅིག་གི་དོ་བོར་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་དགོས་དུས་སྐབས་ལ་ཁྱད་པར་དེ་ག་རེ་  
 ཡོད་གི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ཆོས་གནང་བ་ཡིན་ན་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཅོ་བོར་བྱས་  
 ཏེ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཆོས་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སློབ་  
 མ་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྦྱར་ཏེ་བཤད་དགོས་པ་རེད། སློབ་ཆན་གི་དོ་བོར་སློབ་  
 སྟངས་དེ་གཞུང་ལུགས་ནང་ལ་ཡོད་པའི་དོན་དག་དེ་རྒྱལ་སྟངས་ཀྱི་བརྒྱབ་ནས་པར་ལན་བསྐྱལ་



ཉུ་རེད། ལྷུ་ལ་བསྐལ་བདེན་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ལབ་གྱི་ཡོད་རེད། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཞེས་  
པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ལབ་གྱི་ཡོད་རེད། འགོག་བདེན་ཟེར་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ལབ་གྱི་ཡོད་རེད།  
གཞུང་ལུགས་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་བཤད་ཡོད་རེད། ཆོག་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད། ཆོག་དེའི་དོན་  
དག་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་ལན་བསྐལ་ཉུ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་ཆོས་འཆད་ཉན་བྱེད་པ་ལྟར་  
བྱེད་རང་གི་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་དེ་ལྷུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་འདྲ་ཤེས་འདི་འདྲ་  
ཞིག་སྐྱེས་ནས་ལྷུག་བསྐལ་དེ་ལ་ལྷུག་བསྐལ་དེ་མཐོང་བའི་ངེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་ཞིག་སྐྱེད་གོས་གྱི་  
རེད་ཅེས་ལབ་གྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་གོ་བརྟུན་གྱི་ཡོད་མ་རེད། ལྷུག་བསྐལ་  
བདེན་པ་ག་རེ་ལ་ལབ་གྱི་ཡོད་རེད། གཞུང་ལུགས་ནང་ལ་དཔེ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྱར་ཡོད་རེད།  
དེ་འདྲ་བཤད་ཉུ་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། མི་སྐྱེ་པོ་དེ་ཆོས་མི་ཆང་ལུག་པོ་དེ་ཆོའི་ཅ་ལག་གུངས་  
ཀ་བརྒྱབ་པ་ནང་བཞིན་རེད། སོ་སོ་ལ་སྐར་མ་ལྔ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་བེར་ལ་ལ་སྐར་མོ་དུང་  
ལུར་འདི་ག་འདི་ག་ཅམ་ཡོད་རེད། དེའི་བཟོ་བྱ་གཅིག་འདིར་ཡོད། གཅིག་དེར་ཡོད་རེད།  
ཏྲ་ཏྲ་ལ་འདི་འདྲ་འདི་འདྲ་ཡོད་རེད་ཅེས་གུངས་ཀ་བརྒྱབ་སྟེ་བཤད་བསྐད་པ་ཡིན་ན་གོ་བརྟུན་  
འཕྲོད་ཉུ་ཡོད་རེད་པ། བཤད་མཁན་དེས་ཤེས་པ་བྱས་བཤད་ས་དེས་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཨ་  
ལས་ཏྲ་ཏྲ་ལ་བཟོ་བྱ་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། བེ་ལ་ལ་བཟོ་བྱ་ཉིས་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད།  
བཟོ་བྱ་དེ་དག་ཀ་ལི་ཀ་ཏ་ལ་འདི་ག་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། ལུ་མ་བེ་ལ་འདི་ག་ཅམ་  
ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། ལྷེ་ལི་ལ་འདི་ག་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། འདིར་ཤོག་བྱ་  
བཟོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། འདིར་གནམ་གྱ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། འདིར་མོ་ཏྲ་བཟོ་ཡི་ཡོད་  
པ་ཡིན་པ་རེད་བསམ་པ་བཅས་དེ་རྣམས་ཆང་མ་ལས་ཉིན་མ་རེ་ལ་ཁོང་ཆོར་ཐོན་སྐྱེད་ག་ཆོད་  
ཡོད་རེད། ཉིན་མ་རེ་ལ་ཁེ་བཟང་ག་ཆོད་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་གུངས་ཀ་བརྒྱབ་ནས་བཤད་  
ཉུ་ཡོད་རེད། དེ་བཤད་བསྐད་པ་དེས་ཁོང་ཆོའི་ཁེ་བཟང་དེ་ནས་སྐར་མ་ལྔ་ང་ཆོར་རག་ཉུ་  
མེད་གུང་གུངས་ཀ་ཏག་ཏག་མ་ནོར་བ་ལབ་ནས་གོ་བརྟུན་ཉུ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན། འཛིན་

གྲུ་འཛུགས་ལ་ཆོས་དེ་ཆོས་ལུགས་རིས་མེད་ཀྱི་སྒྲིབ་ཚན་( Secular Subject )གཅིག་ལ་  
བརྩིས་ནས་བསྐྱབས་དུས་སྐབས་ལ་འདི་འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱབས་ཀྱི་ཡོད་པེད། དེ་དང་མཉམ་  
དུ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ང་ཆོས་དོ་སྒྲུང་བཞག་དགོས་སྟེ་གཅིག་ག་རེ་ཡོད་ཟེར་ན། ཆོས་  
ཀྱི་སྒྲིབ་ཐུན་སྟེང་པའི་སྐབས་ལ་གཞུང་ལུགས་དང་མ་འགལ་བ་བྱས་ཏེ། ལུང་དང་མི་འགལ་  
བ་བྱས་ཏེ་བཤད་དགོས་སྟེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་དགས་པེད། ལུང་ན་ནི་ལུང་དང་རིགས་པ་གཉིས་  
ཀྱི་དང་མི་འགལ་བ་བྱས་ཏེ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་པེད། ལུང་ས་དང་བཅས་པ་བཤད་དགོས་  
པ་ཞིག་པེད། དེ་འདྲ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་ལུང་དང་འགལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་འདྲ་བཤད་  
པ་ཡིན་ན། ལན་དེ་ཙོར་ནས་བསྐྱུལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པེད།

གནས་སྐབས་གཞན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ལན་ཙོར་ནས་བསྐྱུལ་བ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཚན་  
ཐོག་ལ་ལན་ཙོར་ནས་བསྐྱུལ་བ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་ཞིང་དགས་ཡོད་པེད། ཆོས་  
ཀྱི་གནས་སྐབས་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་དེ་ལན་ཙོར་ནས་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་ན། དོན་དག་གཞན་པ་  
སྟེང་དོན་གྱི་ཚན་རིག་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་། ཡང་ཅིས་ཀྱི་བཟོ་འདྲ་པོ་དེ་འདྲའི་ཐོག་  
ལ་ཙོར་ནས་ལབ་པ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་ཙོར་ནས་བཤད་པ་  
གཉིས་པོ་དེ་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་དེ་རིགས་པ་དང་  
མི་འགལ་བ། ལུང་དང་མི་འགལ་བ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་ལུང་ས་ལྡན་ཞིག་བཤད་དགོས་སྟེ་  
གལ་ཆེན་པོ་པེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲུའི་ནང་ལ་བཞག་དགོས་པ་གཅིག་  
ལ། མི་ལ་ཁྱད་པ་སྟོན་ཀྱི་དང་། རྩ་བུ་བོ་མས་སྟོལ་གྱི་ཤུགས་གཞོན་སྟེང་། གང་ཙམ་  
གང་ཙམ་ཞིག་ལ་མེད་པས་མ་ཆུལ་དེ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་ལ་བསྐྱུར་སྟེ་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་ཡིན་  
ན་དེ་ཡང་ཆོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་པེད་པས་མ་གྱི་འདུག། ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཐུན་  
སྟེང་པའི་སྐབས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཁོ་རང་གི་ཆེ་བ་དང་། གསལ་བ། ལྷུང་བ། ཟབ་པ་  
བཅས་ཀྱི་ཤེས་རབ་བཞི་པོ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཡར་སྟེལ་བྱུང་གྱི་འདུག། གང་འདྲ་བྱས་ནས་

ཡར་འཕེལ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག །རང་དབང་གི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཡར་འཕེལ་རྒྱ་ཞིག་དང་། འཕེལ་བའི་ཆེས་ལ་ཁོ་རང་ཆོས་ལ་དད་པ་སྐྱེ་ཡི་ཡོད་ན་ཁོ་རང་གི་འདོད་པ་རེད། ཁོ་རང་ཆོས་ལ་དད་པ་སྐྱེ་གི་མེད་ནའང་ཁོ་རང་གི་འདོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཆོས་སློབ་མཁན་དེ་ཆོས་ཆོས་ལུགས་དེ་དད་པ་སྐྱེ་ལ་རྒྱུ་བཟོ་འདྲ་པོ་གཅིག་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད།

ངའི་སྐད་ཆ་དེ་མང་ཆེ་བའི་ན་བར་འགྲོ་ཡི་མ་རེད་ཀྱང་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ང་ཆོས་ལ་བདག་པོས་པ་ཞིག་རེད། གཞན་མང་ཆེ་བས་ཆོས་སྤེལ་ཟེར་དུས་ཡིན་གཅིག་མིན་ཡེ་ཤུ་དང་། ཁ་ཆེད་ཆོས་ཆོས་སྤེལ་རྒྱུ་སྐོར་ཁོ་རང་ཆེད་གཞུང་ལུགས་ནས་བཤད་པའི་ལམ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་བྱས་ཏེ་མིའི་ན་ཙོག་ལ་འགྲོ་ནའང་རེད། མི་འགྲོ་ནའང་རེད་ཙམ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ལ་བ་ནས་གཤམ་གཤམ་རྒྱུ་དང་ཀྱུ་ཀྱུ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་གམ་བཞུས་ཏེ། དམར་པོའི་རིང་ལུགས་ཀྱིས་དམར་པོའི་ལྷ་བདེ་མང་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ལ་བྱབ་སྤེལ་བྱེད་པའི་ལམ་སློབ་འདྲ་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཆོས་བཤད་མཁན་དེའི་བསམ་སྒྲིལ་ནང་ལ་གང་ཟག་པ་རོལ་པོ་དེའི་བསམ་སྒྲིལ་དེ་རང་གིས་བཤད་རྒྱུ་ཆོས་དེའི་ཐོག་ལ་བསྐྱར་རྒྱུ་དེ་མིགས་ཡུལ་བཟུང་སྟེ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཟླ་མ་སློབ་མ་བྱས་ཏེ་བཤད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ག་རང་རེད་པ། གང་ཟག་དེའི་རྒྱུ་འདུལ་བ་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་ང་ཆོས་སློབ་ཆེན་གྱི་ངོ་བོ་བྱས་ཏེ་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་དེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་དེའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཤེས་པ་དེ་དག་ཀླན་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་སློབ་ཐུན་སྤྲད་པའི་སྐབས་ལ། རང་ཆོས་ཀྱི་སློབ་ཐུན་སྤྲད་པའི་སྐབས་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཡང་ཆོས་ལུགས་གཞན་པ་ཡིན་ན་གནས་ཚུལ་ལོགས་ཀྱི་ཀར་རེད། རང་ཆོས་ཀྱི་སློབ་ཐུན་སྤྲད་པའི་སྐབས་ལ་དེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་བསམ་སྒྲིལ་ལུགས་ལ་བཞག་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །ད་ཅི་བ་ཅི་ལན་གྱི་དུས་ཚོར་མེད་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ས་མ་རེད། དེ་ཡིན་ཙང་ད་ལྟ་ངས་གང་དྲན་པ་ཞུས་པ་དེ་དག་རེད། སྐར་མ་བཙོ་ལྷ་དེ་ཅི་བ་ཅི་ལན་གྱི་དུས་ཚོར་ལ་བཞག་གི་ཡིན། བཀའ་འདྲི་གནང་རྒྱུ་ཡོད་དམ།

དི་བ། གུ་སའི་ནང་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དང་། དགག་

## བཞག་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་རིགས་ལམ་འབྲིད་ཀྱི་འདུག་པ་དེར་བྱད་ཆོས་ག་རེ་ཡོད་ དམ།

ལན། དགག་བཞག་སྤྱོད་གསུམ་ཞེས་ས་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་ལ་ཕྱེས་ནས་བཤད་སྤངས་  
དེ་བོད་པའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་འགྲོས་ཤིག་རེད། དེ་ཞེ་དྲགས་ཡག་པོ་རེད། རིགས་ལམ་སྤེལ་  
བར་དགག་བཞག་སྤྱོད་གསུམ་ཐོག་ནས་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་ཞེ་པོ་གཅིག་གི་བྱད་པར་ཡོད་རེད། བྱ་  
ས་གདན་ས་ཁག་གི་ནང་ལ་གཞུང་ཆེན་མོ་སློབ་གཉེར་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྤངས་  
དེ་ཞེ་དྲགས་ཀྱི་སློབ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། གཞུང་ལུགས་ཆེན་མོ་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་སློབ་  
ུ་གར་ནས་བོད་ལ་དར་བཅུད་པ་དེ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་གཅིག་རེད། དེ་ང་ཆོ་བོད་པས་མི་ཉམས་པ་བྱས་  
ཏེ་ཉར་བཅུད་ཡོད་རེད། ང་ཆོས་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། གཞུང་ཆེན་པོ་གཅིག་སློབ་  
གཉེར་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་དེའི་འགྲེལ་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ལ་བརྟམས་ཏེ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།  
དེ་རིང་སང་ཉིན་གང་འདྲ་ཡིན་མི་ཤེས་མ་གཏོགས་སྤྱིར་བཏང་བྱ་སའི་སློབ་གཉེར་བྱེད་སློབ་དེ་འདྲ་  
རེད། འགྲེལ་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་བརྟམ་གི་ཡོད་རེད་དམ་ཟེར་ན། མངོན་རྟོགས་  
རྒྱན་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དེ་ཙམ་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་  
དེ་འགྲེལ་པ་རེད། ཙམ་པ་དེ་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བརྟམས་གསུམ་རེད། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བརྟམས་གསུམ་  
དེ་ཕྱི་རབས་ཀྱི་གདུལ་བྱས་རང་སློབས་ཀྱིས་ཤེས་མ་བྱུང་པ་ཆགས་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ལ་འགྲེལ་  
པ་ཞིག་མེད་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལུང་བརྟམ་པའི་འགྲེལ་བྱེད་མཁན་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་  
ཞིག་གིས་བརྟམས་པའི་འགྲེལ་པ་ཞིག་མེད་ན། རང་སློབས་ཀྱིས་འཇུག་མི་རུས་པའི་གདུལ་བྱ་དེ་  
ཆོས་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བརྟམས་གསུམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་  
ཀྱི་ཡོད་རེད། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དེ་ཙམ་པའི་གཞུང་  
ལ་བརྟམས་ནས་དེའི་འགྲེལ་པ་དེ་ལ་སྤྱོད་ན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། སལ་ཆེར་མིང་འདོགས་སྤངས་  
ཀྱང་གཅིག་པ་འདྲ་བོ་རེད། གདན་ས་ཁག་ཆང་མའི་ནང་ལ་སྤྱོད་ན་ཞེས་ལཔ་ཀྱི་རེད། སྤྱོད་ན་

ཟེར་བ་དེའི་ནང་ལ་མངོན་ཤིང་གས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དངོས་པོ་བརྒྱུད་དང་དོན་བདུན་ཅུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པ་དེ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཁོག་དེ་ཚུར་བསྐྱུས་ཏེ། དོན་དག་སྤྱི་དོན་དག་དེ་དོག་དོག་བྱས་ཏེ་མར་སྤྱི་བཤད་  
བྱས་ཏེ་འགྲོ་བ་དེར་སྤྱི་དོན་ཟེར་གྱི་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཆོག་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་གྱི། རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་ཉིན་ལམ། །སྟོན་པས་འདི་ལས་བཤད་པ་གང་། །ཞེས་པའི་རྣམ་པ་ཟེར་བའི་དོན་དག་  
འདི་རེད། ཐམས་ཅད་ཟེར་བའི་དོན་དག་འདི་ལྟར་རེད་ཅེས་ཡོད་མ་རེད། སྤྱི་དོན་གྱི་ནང་ལ་  
ཆོག་རེ་རེ་བཞིན་ནག་པོ་འབྲུ་བཤེར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་པ་རྒྱག་གི་མ་རེད། རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་  
ཀྱི་ཆོས་བརྒྱ་ཡོད་རེད། རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱ་དེ་འདི་འདྲ་འདི་འདྲ་རེད། ཆོས་  
བརྒྱ་པོ་དེས་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་སྣངས་འདི་འདྲ་རེད་ཅེས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དོན་དག་བཤད་ནས་འགྲོ་  
བ་དེར་སྤྱི་དོན་ཟེར་གྱི་རེད། སྤྱི་ཡི་དོན་དག་དེ་ཁོག་ཏུ་ཁྱུད་པ་བྱེད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དང་པོར་དེར་བཞུ་  
ཡི་རེད། དེ་ནས་ཙུ་ཁྱེར་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཁྱེར་པ་ཡང་ཟེར་གྱི་རེད། འགྲེལ་པ་ཡང་ཟེར་  
གྱི་རེད། ཙུ་ཁྱེར་པ་བ་དེའི་ནང་ལ་ཆོག་རེ་རེ་བཞིན་ནས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བ་མེད་པ།  
ཐུགས་སུ་ཁྱུད་པ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལམ། ཞེས་པའི་ཆོག་རེ་རེ་བྱས་ནས། ཙུ་  
བའི་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་པ་བརྒྱབ་སྟེ་འགྲོ་བ་དེ་ལ་ཙུ་ཁྱེར་པ་གྱི་རེད། དེ་  
བྱས་དུས་སྐབས་ལ་ཙུ་བའི་ཆོག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དག་དེ། ཆོག་འགྲེལ་དེ། ཆོག་  
ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཆོག་ཐོག་ཆོག་བཞག་ཐོག་ལ་ཆོག་སྟོན་བརྒྱབ་སྟེ་ཆོག་གི་འགྲེལ་པ་བརྒྱབ་འགྲོ་བ་དེ་  
ལ་ཙུ་ཁྱེར་པ་གྱི་རེད། དངས་མིང་དེ་ཡལ་ཆེར་སྟོགས་ལ་སྤྱིང་གིས་བཏགས་པ་ནང་བཞིན་ཞུས་  
པ་རེད། མིང་འདོགས་སྣངས་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཞིག་མ་གཏོགས་དོན་དག་འགྲེལ་པ་བརྒྱབ་སྣངས་  
གཅིག་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེའི་མཇུག་ཏུ་མཐའ་དཔྱད་ཟེར་བ་དེ་བཞུ་དགོས་པ་རེད། མཐའ་དཔྱད་  
ནང་ལ་སྤྱི་དོན་དག་དེ་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཆོག་གི་འགྲེལ་པ་དེ་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དོགས་གཙོད་  
ཡོད་པ་ཆང་མ་དོག་དོག་གཏོན་ནས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ་ལ་ཞེས་པ་འཇུག་  
ཡང་མིན་ན་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་

སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དགག་བཞག་སྔོང་གསུམ་ལས། ཐོག་མར་ཁ་ཅིག་གིས་མཚན་ཉིད་འདི་འདྲ་  
 ཞིག་བཞག་པ་ཡིན་ན། འདི་ལ་སྟོན་འདི་ཡོད་རེད། མཚན་ཉིད་འདི་འདྲ་ཞིག་བཞག་པ་ཡིན་ན་  
 འདི་ལ་སྟོན་འདི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་དེ་དག་ཚང་མ་པར་གཅིག་བཀག་སྟེ་གཞན་ལུགས་  
 དགག་པའི་རིམ་པ་གཅིག་བྱས་དུས་སྐབས་ལ་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་ལོག་ཏོག་མང་པོ་ཞིག་སེལ་  
 འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་ལ། དེས་ལོག་ཏོག་སེལ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་དུ། ཨ་ལད་ད། འདི་ལ་བསམ་སྟོ་  
 གཏོང་སྤངས་རིག་པའི་འགྲོས་འདི་འདྲ་ལབ་ན་སྟོན་འདི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། འདི་ལྟར་ལབ་ན་  
 སྟོན་འདི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད་ཅེས་རིག་པའི་འགྲོས་ཕྱ་མོ་ཞི་པོ་ཞིག་གཞན་ལུགས་དགག་པ་དེའི་ནང་  
 ནས་ང་ཚོས་ཤེས་བྱུབ་རྒྱ་རེད། དེ་ནས་རང་ལུགས་བཞག་པ་ཟེར་དུས་སྐབས་ལ། རང་གི་ལུགས་  
 ལ་བྱས་ན་མཚན་ཉིད་འདི་འདྲ་འཛོག་གི་རེད། དེའི་བ་འདི་འདྲ་ཡོད་རེད་ཅེས་པར་དོག་དོག་བྱས་  
 ཏེ། ད་ལྟ་གོང་དུ་བཤད་པའི་སྟོན་དེ་དག་ཚང་མ་སེལ་བའི་ཇེས་སུ་སྟོན་མེད་པའི་དོན་དག་དེ་འདི་  
 ལྟར་བཞག་དགོས་རེད། འདི་ལ་ཆོག་གི་ཆ་གས་ཕྱ་མོ་ཅམ་ཡང་ཡར་སྤར་ས་མེད་པ། མར་ཕབ་  
 ས་མེད་པ། ཏག་ཏག་འགྲོ་བ་ཞིག་འདི་འདྲ་ལབ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་རང་ལུགས་བཞག་པ་དེ་རེད།  
 རང་ལུགས་བཞག་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་ཚུར་སྟོན་བཙུགས་སོང་ན། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྔོང་བ་ཟེར་བ་  
 དེ་མེད་པ་ཡིན་ན། ཁ་ཐུག་ལ་སྟོན་འཇུགས་མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་སྟོབས་པ་ཡིན་ན། དེ་གང་འདྲ་  
 ཡིན་ནམ་བསམ་པ་ཞིག་སོ་སོར་སྒྲིའི་རྒྱས་པ་མེད་ན་དོགས་པ་ཟ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
 ཅང་འདི་ལའང་ཚུད་པ་འདི་འདྲ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། དོགས་པ་ཁོང་ན་གནས་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་སྲིད་  
 ཀྱི་རེད། ཡིན་ཡང་དེ་ནམས་ལ་སྟོན་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ཚུད་པ་སྔོང་ཚུལ་བཞིན་པ་རེད། རིགས་  
 ལམ་སྟོབ་སྤངས་དེ་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་གམ་ཡག་པ་ཞིག་མེད་པའི་བཟོ་རེད། བྱས་ཅང་མཐའ་  
 དཔྱད་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད།

མཐའ་དཔྱད། སྤྱི་དོན། ཅ་ཁྱིལ་དེ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཞུས་པའི་སྐབས་ལ་གཞུང་  
 གི་སྟོབ་སྔོང་བྱེད་སྤངས་དེ། ཞེ་པོ་གཅིག་གི་ཆད་དང་ལྷན་པ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་ཁྱེད་རང་

ཆོ་ལ་ཆོག་དེ་པོད་སྟོད་བཏང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་མེད་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག །ཞེ་པོ་གཅིག་གིས་ཆོན་རིག་  
དང་མཐུན་པ། ངས་ནི་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞེས་ལབ་ཀྱི་མེད། འདི་ལྟར་བཅོད་པ་དེ་ཁྱེད་  
རང་ཆོའི་ལབ་སྐད་ས་ནང་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་(Scientific) ཞེ་པོ་  
གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག །གཏིང་ཟབ་པོ་ཞིག་  
གི་བར་འགྲོ་བྱུང་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་ཡང་བསྐྱར་དོན་དག་གཡ་ཆེ་ས་ཞིག་ལ་སྒྲེབས་དུས་སྐབས་  
ལ་ཟུར་བཀོལ་ཞེས་ཟུར་དུ་བཀོལ་ནས། སར་ཕྱིན་ནང་གི་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུ་ལྟ་བུ་དེ་ཟུར་བཀོལ་གཅིག་  
བྱས། དྲང་ངེས་ཀྱི་བཟོ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཟུར་བཀོལ་གཅིག་བྱས། བསམ་གཟུགས་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཡང་  
ཟུར་བཀོལ་འདྲ་པོ་གཅིག་བྱས། དེ་ལྟར་གནད་འགག་ཆེ་ས་ཆེ་ས་དེ་དག་ལ་ཆེད་དུ་བཀར་ནས།  
ཟུར་དུ་བཀོལ་༎ རབ་བྱེད་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཟུར་དུ་བྱེད་དུས་སྐབས་ལ་གཞུང་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་  
བྱེད་སྐད་ས་དེ་མཐའ་ཆོད་པོ་ཞེ་པོ་གཅིག །ད་ལམ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་སྐད་ས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ལ་བཟང་  
པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་གཞུང་ལུགས་གཞན་པ་གང་ལའང་། རུབ་ཕྱོགས་པ་ཡིས་མཆོན་པས་གཞུང་ལུགས་  
གཞན་པ་གང་ལའང་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་སྐད་ས་ཡག་པོ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ལབ་ཆོག་པ་ཞིག་རེད།  
སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་རིག་འགྲོས་ཟེར་ནའང་མི་འདུག །ཆོན་རིག་ཟེར་ནའང་མི་འདུག །དེ་ང་  
ཆོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ང་ཆོའི་སྒྲོབ་གྲུའི་ནང་ལ་སྒྲོབ་ཕྱག་ཆོ་ལ་རིགས་  
ལམ་བསྐྱབས་པའི་སྐབས་ལའང་། དམིགས་སུ་བཀར་༎ ཉེ་ཉགས་རིགས་ལྟ་བུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ན།  
དགག་བཞག་སྟོང་གསུམ་རིམ་པར་བྱས་ཏེ་མར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡག་པོ་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་  
འདུག །ངས་དེ་ཡོན་ཏན་ལ་མཐོང་གི་ཡོད། དགག་བཞག་སྟོང་གསུམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་གཅིག་  
བྱེད་དགོས་པ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། གཞན་ལུགས་དགག་རྒྱུ་དོན་དག་གཅིག་གཉིས་གིག་བྱས་  
པ་ཡིན་ན། ཨ་ལད་ད། འདི་འདྲ་ལབ་པ་ཡིན་ན། དགག་པ་འདི་ལྟར་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་  
རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐད་ས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་རེད།

ད་ང་རང་ཆོས་འདི་ལྟར་ལབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ལ་མིས་ཚུར་སྒྲིན་བཏང་སྟངས་

ན་ལན་འདི་བརྒྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་པ་བཅས་འདི་ལྟར་མར་རིགས་ལམ་གྱི་རིག་འགྲོས་  
 ཀྱི་བསམ་སྒྲོག་དོར་སྤངས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་དེ་ཆགས་སྐྱུར་དགག་བཞག་སྟོང་གསུམ་བང་བསྐྱེགས་  
 ཏེ་མར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ངས་དེ་ཡག་པོ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གང་ཡང་  
 རུང་བ་གཅིག་ལུས་སོང་བ་ཡིན་ན་ཡན་ལག་གཅིག་མ་ཆང་བ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། བྱས་ཅང་ང་  
 ཆོས་པོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་བཅོས་པའི་རིགས་ལམ་སྟོན་ཚུལ་གཅིག་  
 ནང་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་དག་དགག་བཞག་སྟོང་གསུམ་གྱི་ས་བཅད་ནང་ལ་བསྐྱེས་ཏེ་མར་འགྲོ་བ་དེ།  
 རོ་མཆར་ཅན་ཡིན་ཞེས་ངས་འདི་འདྲ་ལབ་བསྟུན་གྱི་ཡོད། གཞུང་ལ་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་སྤངས་པོད་  
 ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་རོ་མཆར་ཅན་ཞེ་པོ་གཅིག་ཡིན་ཞེས་དང་། འགྲེལ་པ་འབྲི་སྤངས་དེ་ཡང་  
 རྒྱ་འགྲེལ་འབྲི་སྤངས་ལས་ལྷག་པ་པོད་པའི་འགྲེལ་པ་འབྲི་སྤངས་དེ་དག་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 རྒྱ་ཆོས་ཞེ་དྲགས་ཡོད་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་བཤད་རིགས་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་པ་འབྲི་སྤངས་  
 ཀྱི་གཞུང་ལུགས་སམ་རིག་གནས་ཁོ་རང་ལོགས་སུ་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་ངས་ཤེས་པ་ལ་ང་ཆོ་བོད་  
 པ་ནང་བཞིན་གཞུང་ལ་འགྲེལ་པ་འབྲི་སྤངས་ཀྱི་རིག་གནས་འཛམ་བུ་གླིང་གང་ལའང་མི་འདུག །རྒྱ་  
 གར་ནང་ལ་མི་འདུག །རྒྱ་བོད་གསལ་ལ་ཡོད་མ་རེད། ག་པར་ཡིན་ཡང་ཡོད་མ་རེད། གཞུང་  
 གཅིག་ལ་འགྲེལ་པ་འབྲི་དགོས་བྱུང་ན། འགྲེལ་པ་བརྒྱབ་དགོས་བྱུང་ན། འགྲེལ་པ་འབྲི་སྤངས་  
 ཀྱི་རིག་གནས་ག་རེ་རེད་ཅེས་ཟེར་ན། དེའི་རིག་གནས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཆ་ཆང་ཡོད་པ་ཞིག་པོད་  
 པ་བྱས་པས་མ་བྱུང་། ནང་པ་ལ་མ་གཏོགས་མེད་པ་རེད། དེ་དག་དམིགས་བསལ་གྱི་འབྲེལ་ཆོས་  
 ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ང་ཆོས་པེད་སྟོང་གཏོང་མ་ཤེས་ན། ཞེ་ས་མ་ཞུས་ན་  
 སྤྱག་གྲོང་རེད་མ་གཏོགས་པེད་སྟོང་གཏོང་ཤེས་ན་དེ་ཞེ་དྲགས་པེད་སྟོང་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད། །

དེ་ལ། རིན་པོ་ཆེས་གྲུ་སའི་མཁན་པོ་སྤྱ་མར་མ་བཅིས་ནའང་འགྲིག་པ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་གསུངས་སོང་། འདུལ་བའི་ནང་མཁན་པོ་དང་། སྟོབ་དཔོན། གནས་ཀྱི་སྤྱ་མ་  
 རྣམས་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་གསུངས་འདུག་ལ་མཁན་པོ་སྤྱ་མར་ངེས་པར་བཅི་དགོས་



པ་ལྷ་བུ་ཞིག་འདུག །དེའི་སྒྲོ་ར་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལན། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་མཁན་པོ་དང་། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་གནས་ཀྱི་  
སྒྲ་མ་གཉིས་པོ་དེ་ལོགས་ཀར་རེད། དེ་ད་ལྷ་ང་ཆོའི་སྒྲིག་འཇུགས་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་  
ན་ཡོད་མ་རེད། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་མཁན་པོ་དེ་དག་ཚུལ་དང་དག་སྟོང་གི་སྒྲོ་མ་པ་གང་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན་ནའང་སྒྲོ་མ་པ་དེ་ལྷ་བུའི་སྐབས་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་གང་ཟག་དེས་དག་འདུན་ལ་ངོ་ཆེན་ཟེར་  
ནའང་མི་འདུག མགོ་འདྲེན་བྱས་ཏེ་བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་དང་བྲལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད།  
དེ་དག་ལ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་དག་སྟོང་གི་དངོས་པོ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཡར་དག་འདུན་  
ཀྱི་དབྱས་ལ་ལྷ་མཁན་དེ་ལ་མཁན་པོ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་སྒྲོ་མ་པ་འཕྲོག་པའི་ཆོ་གའི་གསོལ་  
བ་དང་བཞིའི་ལས་སྒྲོ་ར་མཁན་དེ་ལ་ལས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཟེར་གྱི་ཡོད། དེ་རིང་སང་ཉིན་སྐབས་  
བདེ་པོ་བྱས་དུས་སྐབས་ལ་མཁན་པོ་སྟོབ་དཔོན། མཁན་སྟོབ་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ། བྲ་པ་ཉུང་ཉུང་  
ཡིན་པའི་སྐབས་སུ་མཁན་པོ་དེས་སྟོབ་དཔོན་ཡང་བྱས་ཏེ་གནང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གནས་ཀྱི་  
སྒྲ་མ་ཟེར་བ་དེ་ང་ཆོའི་བོད་ལ་ཁ་བཏགས་སའི་དག་ཆན་ཟེར་བ་དེ་རེད། དག་འདུན་སྒྲིལ་ནང་ལའང་  
གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་མང་པོ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། དེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བཅུའི་བར་དུ་བརྟེན་དགོས་  
པའི་ཤག་གི་དག་ཆན་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་གྲ་སའི་མཁན་པོ་དེ། སོ་  
སོ་ལ་སྒྲོ་མ་པ་གནང་མཁན་ཀྱི་མཁན་པོ་སྟོབ་དཔོན་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བའི་མཁན་པོ་དེ་མིན་པ་ཡིན་ཅང་།  
ད་ལྷ་ང་རང་ཆོས་མིང་ལ་མཁན་པོ་ཞེས་བཏགས་པ་རེད་མ་གཏོགས་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་དག་སྟོང་  
དེ་ཆོའི་མཁན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། མཁན་པོ་ཁོ་རང་གིས་མཁན་པོ་བྱས་ཏེ་བསྟེན་རྫོགས་  
བསྐྱབས་བཞག་པ། དག་ཚུལ་བསྐྱབས་བཞག་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན་ནི་གྲ་ཆང་དང་གྲ་པ་དེའི་མཁན་  
པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་མ་གཏོགས་དེ་རིང་སང་ཉིན་སྒྲོ་མ་པ་མང་ཆེ་བ་ཡསྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་  
གནང་གི་ཡོད་རེད། ང་ཆོའི་བོད་པའི་ད་ལྷ་འི་གནས་སྐབས་ལ་དག་ཚུལ་སྟོང་མང་ཆེ་བའི་མཁན་པོ་  
དེ་ཡསྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་ཡསྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཁན་

རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་ལུ་དུས་སྐབས་ལ་ཁ་གསུགས་ཞེས་མེད་པ་འདྲ་པོར་མཐོང་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག །དེ་  
འདུལ་བ་མ་ཤེས་པའི་དྲགས་རེད། བྱས་ཅང་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་མདུན་ནས་བསྟེན་རྫོགས་  
དང་། དགེ་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོམ་པ་ལེན་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཆོས་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་  
ཆེའི་མཆོན་ནས་སྤྲོམ་པའི་སྐབས་ལ་བདག་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས། འདུལ་བའི་ལུགས་སྲོལ་བྱས་  
ན་དེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ལུ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིད་རེད། གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་བརྟེན་པའི་ལམ་སྲོལ་  
དེར་ཆོའི་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱེ་བའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྲེའོད་ནང་ལ་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ལ། གནས་  
ཀྱི་སྒྲ་མ་བརྟེན་པའི་ལམ་སྲོལ་འདུལ་བའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་སྤྲོམ་མ་གྲུ་ས་ལའང་མི་འདུག  
།གྲུ་ས་ལ་དགེ་ཆེན་དེའི་མདུན་ལ་གཤག་གི་དགེ་ཆེན་ཞེས་པ་ཞིག་བརྟེན་རྒྱ་བརྟེན་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་  
ན་ཡང་གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་ལུ་དགོས་པའི་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ་དེར་ལྷག་གི་ཡོད་མ་རེད། ཡང་  
མཆོམས་རེ་གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་ལྷ་མི་དགོས་པའི་བྱ་བ་དེ་དག་དགེ་ཆེན་ལ་ལྷ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། གྲུ་  
སའི་དགེ་ཆེན་ཟེར་རྒྱ་དེ་བཟའ་རྒྱ་འབྱུང་རྒྱ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་བརྟེན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་  
རེད། ཁྲོམ་ལ་ཉོ་ཆ་རྒྱག་པར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ན་དགེ་ཆེན་ལ་ལྷ་དགོས་རེད་མ་གཏོགས་དེ་མ་ཡིན་  
པའི་ཆོས་ལྟན་གྱི་བྱ་བ་མང་པོ་གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་ལྷ་དགོས་པ་དེ་དག་མ་ལྷས་པར་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་  
རེད། གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་བརྟེན་རྒྱའི་ལམ་སྲོལ་ད་ལྟར་ཆོས་ལག་བསྟར་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།  
སྦྱར་བཏང་གདན་སའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་མཁན་པོ་དང་། གདན་ས་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་དགེ་འདུན་  
པ་དེ་དག་དབར་སྒྲ་མ་དང་སྒྲོབ་མའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་ཡག་པོ་ཞེ་དགས་རེད། ཡིན་ན་ཡང་སྒྲ་མ་  
དང་སྒྲོབ་མའི་འདུ་ཤེས་བཞག་རྒྱ་ཁག་པོ་ཞེ་དགས་ཡོད་རེད། སྤྲོམ་མ་ང་ཆོ་བོད་ལ་གཏམ་དཔེ་  
ཞིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད་རེད། མཁན་པོ་ཆོར་གྲུ་པ་ཆོ་མང་ཆེ་བས་ཁ་བཏང་བསྐྱད་ཀྱི་རེད། བྱས་ཅང་  
ཉིན་གཅིག་ཁོ་རང་གི་དགེ་ཤུག་ཡིན་མཁན་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཁ་བཏང་བསྐྱད་པ་ཡིན་པ་རེད། མི་  
གཅིག་གིས་དེ་ཁྱེད་རང་གི་དགེ་ཆེན་མ་རེད་དམ། ག་རེ་བྱས་ནས་ཁ་གཏོང་གི་ཡོད་ཅེས་ལབ་པ་  
རེད། དགེ་ཤུག་དེས། ཡིན་རྒྱུ་ངའི་དགེ་ཆེན་རེད། ཆེན་ཁོ་རང་ཁ་བཏང་ས་དེ་ལ་སྐྱབས་སོང་།

ཞེས་བཅོམ་པ་རེད། དགེ་ཆེན་རེད་ཀྱང་། མཁན་པོ་ཆགས་དུས་སྐབས་ལ། དགེ་ཆེན་ཁོ་རང་  
ཁ་བཏང་ས་དེ་ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ཅང་ངས་ཁ་བཏང་དགོས་པ་ཆགས་སོང་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད།  
ཡང་གྲ་སའི་རྒྱན་དེ་ལ་ནམ་རྒྱུན་མཁན་པོ་མ་བྱས་གོང་ལ་དགེ་ལྷན་མང་པོ་ཡོད་མཁན་དགེ་བཤེས་  
ཡག་པོ་དེ་འདྲ་ཡིན་ཡང་། མཁན་པོ་འོ་གོ་གནས་རག་ཆར་དུས་ཆོས་རྩེའི་ནང་ལ་འཆར་ཅན་གྱི་  
གསུང་ཆོས་གནང་གི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། དགེ་ལྷན་ཆོ་ལ་དཔེ་ཆ་འབྲིད་རྒྱ་དང་། རྩོན་མ་ནང་  
བཞིན་དགེ་ལྷན་བསྐྱངས་ཐུབ་རྒྱ་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་བྱས་དུས་ལམ་སྟོན་ཞིག་ལ་  
གནའ་སྤྱོད་དང་པོ་གདན་སའི་སྟོབ་དཔོན་དེ་ཆོས་ཆང་མ་སོ་སོའི་སྟོབ་མ་རང་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བའི་ལམ་  
སྟོན་དེ་ཡོད་ས་རེད་ཀྱང་། བར་ལམ་སྟོན་དེ་ཉམས་པ་ཡིན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དེ་ད་ལྟ་རིགས་  
ལམ་ནང་ཆོས་སྟོབ་སྟོབ་ཀྱི་སྟོབ་ཆེན་དེ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ཞིག་ཆགས་  
གྱི་མི་འདུག སྦྱར་བཏང་གྱི་ཆོགས་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་ཞིག་རེད།།

དྲི་བ། སྟོབ་ལྷན་ཆོར་ནང་ཆོས་རིགས་ལམ་སྟོན་དུས་དྲི་བ་བྱུང་མཆར་པོ་དང་།  
དཀའ་ལས་ཁག་པོ་དེ་འདྲ་དྲིས་ཡོང་གི་འདུག །དཔེར་ན། དམུལ་བའི་སྐྱོར་བཤད་དུས་  
དམུལ་བའི་ནང་དུག་ལོག་གྱུར་རྒྱ་ཡོད་མེད་དང་། གསང་སྟོད་ཡོད་མེད། དམུལ་བ་གང་  
དུ་ཡོད་རེད། རྩལ་ལ་གང་དུ་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་སོགས་ལན་མ་བཏབ་ན་འང་མ་འགྲིག །ལན་  
འདེབས་པར་ངས་ཏན་འདྲ་པོ་བཅོམ་མི་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་དྲིས་ཡོང་གི་འདུག །ངས་སྐབས་  
རེ་རྩལ་ལ་གི་ར་ཡོད་རེད་ཅེས་མཛད་པ་མོ་གནམ་ལ་བཙུགས་པ་ཡིན། ཡིན་ན་འང་ངས་  
པ་རྟེན་པ་ཞིག་འབྱུང་ཁག་པོ་འདུག །དེ་ཆོར་ག་རེ་ལའང་དགའ་བ་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་འདྲའི་དྲི་བ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ལན་བསྟོན་རྒྱ་མེད་པ་དེ་འདྲ་དྲིས་ཡོང་གི་འདུག་  
ན་མཛོད་ནང་ལ། གཡོ་སྒྱུ་ཆངས་པས་བསྟེན་ཕྱིར་འོ། ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་བྱངས་རྒྱ་  
རེད། ང་དགེ་ཆེན་ཞེ་བྲགས་ཆེན་པོ་རེད། དེ་འདྲ་དྲིས་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་བཅོམ་ད། ང་ནི་ཆངས་  
པའོ། ཆངས་པ་ནི་ཆེན་པོའོ། ཞེས་དེ་རྩལ་ལ་དྲི་བ་ང་ལ་བྱེད་རུང་གི་མ་རེད་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་

རེད་པ། དེ་འདྲ་བྱེད་དགོས། ཞལ་ཤོབ་ལུས་པ་ཡིན།

དྲི་བ་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ལམ་གསལ་པོ་བྱས་ཏེ་བསྟོན་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་  
པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །དུམ་ལ་བ་དང་རྩ་ཡུལ་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དུམ་ལ་བ་དང་རྩ་ཡུལ་གྱི་འཛིག་  
རྟེན་ལ་རྩ་ལྟུང་དེ་དང་། ད་རྩའི་ང་ཆོ་མི་རང་ག་བས་འཛིག་རྟེན་ལ་རྩ་ལྟུང་དེ་གཉིས་པོ་དེར་བྱད་པར་  
ཞེ་པོ་གཅིག་རྒྱགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་འཛིག་རྟེན་ལ་རྩ་ལྟུང་གྱི་རྣམ་གཞག་  
བྱད་པར་ཡོད་པ་དེ་སྟོབ་གཉེར་བ་ཆོས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་ལྷ་  
དཔེ་རྣམས་ལ་བཀའ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། སྟོན་གྱི་འཛིན་ལ་གསང་སྟོང་དང་བྱས་ཁང་མེད་དུས་དཀའ་  
ལས་ཞེ་པོ་གཅིག་ཡོད་པར་བརྩིས་པ་ནང་བཞིན་དུམ་ལ་བའི་ནང་ལ་འང་གསང་སྟོང་དང་བྱས་ཁང་མེད་  
ན་དཀའ་ལས་ཞེ་པོ་གཅིག་ཡོད་པར་བརྩི་ཡི་ཡོད་ན། དུམ་ལ་བའི་ནང་ལ་གསང་སྟོང་བྱས་ཁང་ཡོད་  
མ་རེད་གསུངས་ན་འང་མི་འགྲིག་པ་གང་ཡང་མི་འདུག །དུམ་ལ་བའི་ནང་ལ་ཉིན་མཆོན་མེད་པར་དཔེར་  
ན་ཆ་དུམ་ལ་རྩ་བུ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་འཁོལ་མའི་ནང་ལ་བཅོས་བཞག་གི་ཡོད་རེད། ཁྱོད་ཀྱི་འཁོལ་མའི་  
ནང་ཉིན་མཆོན་མེད་པར་བཅོས་པའི་རྩྭ་ག་བསྡུ་སྟོང་བའི་སྐབས་ལ་གཅིན་པ་བཅོས་པ་ཆང་མ་ཁྱོད་  
འཁོལ་མ་དེ་ག་རང་གི་ནང་ལ་བཏང་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས་དེའི་ཟུར་ལ་ཡར་དོན་ནས་གཏོང་བར་འགྲོ་ས་  
ཞིག་ཡོད་མ་རེད་པ། བྱས་ཅང་ང་ཡིན་ན་གསང་སྟོང་བྱས་ཁང་ཡོད་མ་རེད། ཁང་པ་ཡོད་མ་རེད།  
ཁྱོད་ཀྱི་པོ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཆང་མ་བཅོས་བཞག་ཡོད་རེད། ཡང་མིན་ན་  
ཐིག་ནག་འདྲ་པོ་ཡིན་ན། ལྷགས་སྟེག་གི་ས་གཞིའི་སྤང་ལ་ག་དུས་ཡིན་ཡང་བྲས་བུ་བ་རང་གི་ཐོག་  
ལ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ནས། ད་རྩའི་འབྲི་སྤྱོད་ཆོགས་ནང་བཞིན་གྱི་བསམ་སྟོན་གཏོང་རྒྱུ་མེད་པ་  
དེ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རང་རེད་པ།

ལར་ནས་དུམ་ལ་བ་དང་རྩ་ཡུལ་ཟེར་བ་དེ་དག་ཆང་མ་ལས་སྤང་གིས་གྲུབ་པ་ག་སྟེག་ཅིག་  
ཡིན་དུས་དེ་ག་པར་ཡོད་རེད། གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད་ཅེས་བྱས་ནས་ས་ཆ་མིག་བསྟན་དགོས་  
པ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་སོ་སོས་ལས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་

ལ་བཟུས་ནས། སྤྱིར་བཏང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆགས་སྤངས་དེ་ཡང་མི་འདྲ་བ་མི་འདྲ་བ་རེད། མངོན་  
པ་ནས་བཤད་པའི་རི་རབ་དང་། ཏུས་འཁོར་ནས་བཤད་པའི་རི་རབ་དེ་ཆོ་གཅིག་གྲུབ་ཞི་རེད། གཅིག་  
རྒྱུ་པོ་རེད། ཆེ་ཆུང་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་རེད། མྱིང་བཞིའི་གནས་སྤངས་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་  
རེད། རྒྱ་མཚོའི་གནས་སྤངས་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་རེད། དེ་རིང་སང་ཉིན་ང་ཚོས་མཐོང་བསྟན་  
པའི་སའི་གོང་བྱ་འདི་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་རེད། དེ་མ་རེད་ཅེས་ལབ་རྒྱ་གང་ཡང་ཡོད་  
མ་རེད། མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་མྱིང་བཞི་རི་རབ་བཅས་པ་ཆ་ཆང་དེ་བདེན་པ་ཡིན་པ་དང་། ཏུས་  
འཁོར་ནས་བཤད་པ་དེ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ། ཡང་མིན་ན་ཏུས་འཁོར་ལས་བཤད་པ་དེ་བདེན་པ་  
ཡིན་པ་དང་། མངོན་པ་ལས་བཤད་པ་དེ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ། ཡང་མིན་ན་དེ་གཉིས་ཀ་ནས་བཤད་  
པ་དེ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ། དེ་རིང་སང་ཉིན་ང་ཚོས་མཐོང་བསྟན་པ་དེ་བདེན་པ་ཡིན་པ། ཡང་  
མིན་ན་དེ་རིང་སང་ཉིན་ང་ཚོས་མཐོང་བསྟན་པ་དེ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ། མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་  
དང་། ཏུས་འཁོར་ནས་བཤད་པ་དེ་བདེན་པ་ཡིན་པ་གང་ལའང་ཁ་ཚོན་གཅོད་རྒྱ་མེད། མཁས་  
གྲུབ་རྗེའི་གསུང་ཐོར་བུའི་ནང་ལ་གསལ་ལོ་བྱས་ཏེ་གསུངས་ཡོད་རེད། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆད་ཡོད་  
མ་རེད་ཅེས་ལབ་དགོས་རེད་གསུངས་ཡོད་རེད། མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་དེ་མངོན་པའི་ཆེད་དུ་  
བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་ནང་བཞིན་གསུངས་པ་གཅིག་གི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆད་ཅིག་རེད།  
ཏུས་འཁོར་ནས་བཤད་པ་དེ་ཏུས་འཁོར་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་ལས་སྤང་གིས་གང་མཐོང་  
བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆད་དེ་རེད་མ་གཏོགས་དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱིར་བཏང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆད་མ་རེད་ཅེས་  
གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་དེ་རིང་སང་ཉིན་ང་ཚོས་མཐོང་བསྟན་པ་དེ་ང་ཚོའི་ལས་སྤང་གིས་  
གྲུབ་པ་དེ་རེད། དེ་གཞུང་གི་ནང་ལ་ཞེ་དྲགས་གསལ་ལོ་རེད། དཔེ་ཆ་བཟུ་མྱོང་མཁན་ཡིན་ན་  
གསལ་ལོ་ཞེ་དྲགས་མཁྱེན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །ཆུ་འབབ་རྒྱུང་ལ་ཡི་དྲགས་ནག་སྟོ་ཡང་། ཞེས་  
བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་བ་ཤོར་བ་གང་ལ་རྩ་མི་ཡི་དྲགས་གསུམ་གྱིས་ཅིག་ཅར་དུ་བརྩས་པ་དེའི་ཆེ་ན།  
བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་བ་ཤོར་བ་གང་པོ་དེའི་ཆ་ཤས་ལ་རྩ་མི་ཡི་དྲགས་པ་དེའི་ཆ་དང་། རྩ་གཤམ་ཤོར་བ་གང་

དང་། བདུད་ཚི་ཐོར་བ་གང་ཡོད་ཟེར་གྱི་ཡོད་ཟེད། བྱས་ཅང་གཟུགས་ཅན་གཅིག་གི་གོ་ས་ན་  
 གཟུགས་ཅན་གཞན་གྱིས་གོ་འཁོག་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་དེའི་སྒྲུང་ལ་གསལ་ར་པ་ཆོས་འཕག་ཆག་  
 བརྒྱབ་བསྟན་ཡོང་། གཟུགས་ཅན་གཅིག་གི་གོ་ས་ན། གཟུགས་ཅན་གཞན་གྱིས་གོ་འཁོག་གི་རེད་  
 དམ་མ་རེད་ཟེར་བ་དེར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དུས་སྐབས་ལ། ལས་སྒྲུང་གིས་གྲུབ་སྟུང་ལ་དེ་ཉག་ཉག་  
 མ་ཤེས་པས་འཕག་ཆག་བརྒྱབ་བསྟན་པ་རེད་མ་གཏོགས་ལས་སྒྲུང་གི་གྲུབ་སྟུང་ལ་དེ་གསལ་པོ་བྱས་  
 ཏེ་ཤེས་པ་ཡིན་ན་དེར་འཕག་ཆག་བརྒྱབ་སྟུང་ཤིང་བསམ་ཡོད་མ་རེད། ཐོར་པ་གསུམ་ཡོད་ཅེས་ལབ་  
 ན་འགྲིགས་གྱི་རེད། ཐོར་བ་གསུམ་དེ་གང་འདྲ་སེ་ཡོད་ཟེད་ཟེར་ན། ཐོར་པ་གསུམ་ཀ་དེ་ཐོར་  
 པ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཡོད་མ་རེད། ཡི་དྲགས་གྱིས་ལོངས་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་ཡི་དྲགས་གྱི་ལས་སྒྲུང་  
 ལས་གྲུབ་པའི་ནག་ཁྲག་ཐོར་པ་གང་པོ་དེ་དང་། ལྷ་ཡིས་ལོངས་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་ལྷ་ཡི་ལོངས་  
 སྟོན་བྱར་འགྱུར་པའི་བདུད་ཚི་ཐོར་བ་གང་པོ་དེ་ལས་སྒྲུང་གིས་གྲུབ་དགོས་རེད།

དེ་ནང་བཞིན་དཔྱལ་བར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཡང་། མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་དཔྱལ་  
 བའི་རྣམ་གཞག་དང་། ས་སྤེ་ལྷ་ནས་བཤད་པའི་དཔྱལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཆོ་དང་། དན་པ་ཉེར་  
 བཞག་གི་མངོན་ནང་ལ་བཤད་པའི་དཔྱལ་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཆེ་ཆུང་ཞེ་དྲགས་ཤོར་བསྟན་ཡོད་  
 རེད། དཔྱལ་བའི་བརྩེ་ཆད་ལའང་འདྲ་མི་འདྲ་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་རེད། ས་གཞི་དེའང་དོ་རྩེ་གདན་  
 གྱི་འོག་ཏུ་བརྩེ་བའི་བཟོ་དང་། ས་ཆ་གཞན་པའི་འོག་ནས་མར་བརྩེ་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ཡོད་པས། ཆ་  
 དཔྱལ་ག་པར་ཡོད་རེད། གང་དཔྱལ་ག་པར་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་དེ་དག་སྒྱིར་བཏང་གཞུང་ལུགས་  
 གྱི་ནང་ལ་ས་ཆ་འདིར་ཡོད་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་དང་ཕྱོགས་མཐུངས་པའི་འདོད་  
 པའི་ལྷའི་ཞིང་ཁམས་འདྲ་པོ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་པ་ཡིན་ན། སུམ་ཙུ་ཙ་གསུམ་ནས་ཡར་བྱས་ཏེ་འདོད་  
 ལྷ་རིགས་དྲུག་གི་གནས་དེ་དག་ང་ཆོ་རེ་རབ་གྱི་གནས་སྟུང་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་བང་བསྐྱེགས་ནས་  
 བཤད་སྟུང་ཡོད་རེད། ད་ལྷའི་སའི་གོང་བྱ་འདོད་སྒྲུང་ལ་རེ་རབ་མཐོང་སྟུང་མེད་པ་ཡིན་ཅང་། ད་  
 གིན་རིན་པོ་ཆེས་གནམ་ལ་མཇུག་མོ་བཙུགས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་ཡལ་ཆེར་མ་འགྲིག་པ་གང་ཡང་ཡོད་

མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །མཛུབ་མོ་ག་པར་བརྩུགས་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ལྷ་ཡུལ་གསལ་རྟོ་རྩལ་  
བྱང་དང་། ཡར་མར། སར་རྩུར་ག་པར་ཡིན་ནའང་ཡོད་རེད་ཟེར་ན་འགྲིག་གི་རེད། འདི་ད་  
ལྷ་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དེ། རྩེ་བྲག་པ་གཅིག་ལ་རྣམས་ནས་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཡོང་བ་ཞིག་  
རེད་མ་གཏོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱས་ན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་ཡོང་ས་ཡོད་མ་རེད།

མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆགས་སྣངས་གཅིག་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་པ་  
ཡིན་ན། ལྷ་ཡུལ་ག་པར་ཡོད་པ་དེ་དག་རི་མོ་བྲིས་ཏེ། ས་ཁྲ་བྲིས་ཏེ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་རེད། ད་  
ལྷོ་ལྷོ་ལོང་བྱ་སྒྲོར་སྒྲོར་གཅིག་ཡིན་པ་འདི་རང་གི་ནང་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། ལྷ་  
ཡུལ་ག་པར་ཡོད་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། སར་ཡོད་ཟེར་ནས་ལབ་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། མར་  
ཡོད་ཟེར་ནས་ལབ་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ག་རེ་ལབ་ལབ་རེད། དེ་ག་པར་གཅིག་ལ་ཡིན་ནའང་  
ཡོད་ནི་ཡོད་རེད་པ། བྱས་ཅང་སྟོང་པོ་ལབ་དགོས་པ་དེ་ག་རེ་རེད་དམ་ཟེར་ན། དེ་དག་ཆང་མ་  
ལས་སྒྲང་གིས་གྲུབ་པ་རེད་མ་གཏོགས་རང་བཞིན་རྩུགས་བྱུང་གིས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་གཅིག་མིན་  
གཅིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་ཡུལ་ལ་སྟེམས་པའི་གང་ཟག་དེའི་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བྱར་པའི་གནས་  
ལོངས་སྤྱོད་ལོངས་སྤྲོད་གསལ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་ན། ཏན་ཏན་ཡོད་རེད། དེ་འབྲས་  
ཀྱིས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བྱར་པའི་ལྷ་ཡུལ་དེ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་པར་མཛུབ་མོ་འཛུགས་དགོས་བྱུང་  
ན། དེ་འཛུགས་ཁག་པོ་ཡོད་རེད། འཛུགས་དགོས་གལ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་  
ལྷ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་ལྷ་དེ་དག་གིས་ང་ཚོའི་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བྱར་པའི་རྣ་རམས་ས་ལ་གོད་ཀྱི་འཛིན་  
ཁང་དེ་ག་པར་ཡོད་རེད། བྱ་གསོ་ཁང་གི་སྟོབ་གྲ་དེ་ག་པར་ཡོད་རེད། ལྷ་ས་སྟོང་གི་སྟོབ་གྲ་དེ་  
ག་པར་ཡོད་རེད་ཟེར་ན་ལྷ་ཡུལ་ནས་རྩུར་མཛུབ་མོ་འཛུགས་རྒྱ་ཡང་ཁག་པོ་རེད། ག་པར་ཡིན་  
ཡང་གཅིག་ལ་མཛུབ་མོ་འཛུགས་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས། ལྷ་རམས་ས་ལ་ག་པར་ཡོད་རེད་ཅེས་སུ་མ་  
ཅུ་ཅ་གསུམ་པའམ། ཡང་མིན་ན་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ལྷ་གཅིག་ལ་དྲིས་པ་ཡིན་ན། ག་པར་  
མཛུབ་མོ་འཛུགས་དགོས་ཤེད་ཀྱི་རེད། ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ལབ་བྱུང་གི་མ་རེད་པ། བྱས་ཅང་དེ་

དག་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱུང་ཚུལ་ཐོག་ནས་རག་ལས་བསྐྱད་པ་ཞིག་རེད།

དྲི་བ། ད་ལྟོ་དུས་ཚོད་འདི་ལ་རི་རབ་མཐོང་མཁན་སྤྱི་ཡོད་མེད་པར་གསུངས་  
སྟེང་། དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ། ཚན་རིག་པ་དེ་ཚོ་མངོན་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
བྱ་ལྟ་བུར་བརྩི་འོས་སམ།

ལམ། སྤྱི་ཡོད་དུས་ཚོད་ལ་རི་རབ་མཐོང་མཁན་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ཟེར་གྱི་འདུག །  
ཁྱེད་རང་གིས་མ་མཐོང་ན་མེད་པར་བརྩི་དགོས་སམ། ཚན་རིག་པ་ཚོ་མངོན་པ་པར་བཞག་ནས་ཆོས་  
ཨལ་བ་ཙམ་ཞིག་གི་རྫོད་དུ་རུང་བ་ཞིག་ཨ་ཡིན་ན་བསམ་གྱི་འདུག ཁོང་ཚོ་ཞི་དྲག་གིས་དབང་པོ་རྟུལ་  
པོ་རེད་པ། (བཞད་མོ་དང་བཅས་ཏེ) ཆོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱེད་པར་ཚན་རིག་པ་ནང་བཞིན་  
གྱི་དབང་པོ་རྟུལ་པོ་གཅིག་གིས། ཆོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།

དྲི་བ། མཇུབ་མོ་ག་པར་བཅུགས་བཅུགས་དང་། ཡང་ང་ཚོ་འོ་ལས་སྤང་གི་  
ཐོག་ནས་མཇུབ་མོ་འཇུགས་ས་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད་གསུངས་པ་དེར་ཡང་བསྐྱར་གསལ་  
བཤད་ཅིག་དགོས་འདུག །

མཇུབ་མོ་འཇུགས་ས་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཟེར་དུས་སྐབས་ལ། ཁོས་འདི་ལྟར་ཡར་  
མཇུབ་མོ་འཇུགས་དགོས་རེད། མར་མཇུབ་མོ་འཇུགས་དགོས་རེད། བར་མཇུབ་མོ་འཇུགས་  
དགོས་རེད། ཁོས་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་ལབ་གྱི་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་མ་རེད། ཁོས་མཇུབ་མོ་བཅུགས་  
ཟེར་དུས་སྐབས་ལ་ཚུགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད། ཚུགས་དང་དུས་ཟེར་རྒྱ་དེ་བསམ་མཁོས་བསྐྱར་  
པ་ཞིག་རེད། Time and space ཟེར་དུས་རྒྱ་བཅུགས་པ་ཚོས་དེ་ཞེ་དྲགས་བཤད་གྱི་  
རེད། Time and space ཟེར་བ་དེ་ག་ནས་ག་པར་ཅིས་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཞེ་པོ་གཅིག་གིས་  
ངས་ཏན་མེད་པ། ངས་བྱས་ན་ཁྱེད་རང་རྫོགས་ཀྱི་ཚུགས་ལ་བསྐྱད་བཞག་ལབ་གྱི་རེད། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་བ་  
ལོགས་སུ་རྫོད་མཁན་གཅིག་གིས་ཁྱེད་རང་བྱང་ཚུགས་ལ་བསྐྱད་བཞག་ཟེར་གྱི་རེད། དེ་ལྟར་  
བྱས་དུས་ཁྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ཚུགས་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད་དམ། བྱང་ཚུགས་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། (ཅས་



དེས་པར་ཆང་མ་གདམ་གྱིས་།) གྲུ་ཙམ་དེ་མཛུ་བ་མོ་འཇུགས་ཁག་པོ་ཞི་དགས་འདུག ། གྲུ་ཙམ་  
རིན་པོ་ཆེས་དགོན་ལྷ་ཡུལ་གཤམ་ཡོད་རེད། མཛུ་བ་མོ་གཤམ་པར་འཇུགས་དགོས་རེད་ཅེས་དྲི་དུས་  
སྐབས་ལ་ང་ཚོས་འདི་ནས་ལྷ་ཡུལ་གཤམ་ཡོད་རེད་ཅེས་མཛུ་བ་མོ་འཇུགས་དགོས་བྱུང་ན། ག་  
པར་བཅུགས་ནའང་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ངས་ཁྱས་པ་དེ་རེད། འདིར་ཡོད་རེད་ཅེས་ལབ་ནའང་  
འགྲིག་གི་རེད། དེར་ཡོད་རེད་ཅེས་ལབ་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དངོས་སུ་ཡོད་  
པའི་ལྷ་ཡུལ་དེའི་ནང་གི་བཙེ་སྐངས་དང་། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ས་གནི་འདིའི་ཐོག་ནས་ཕྱོགས་ཀྱི་བཙེ་  
སྐངས་གཉིས་པོ་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཡར་ཚུར་མཉམ་བསྐྱེད་བྱུང་དང་། འབྲེལ་  
བ་བཟོ་བྱུང་དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། གྲུ་ཙམ་དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་  
ལྷ་ཞིག་ལ་རྩ་རམ་ས་ལའི་བོད་བྱིས་གཤམ་ཡོད་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། ཁོས་མཛུ་བ་མོ་གཤམ་  
བསྐྱེད་བསྐྱེད་རེད་མ་གཏོགས་ཡིན་གཅིག་མིན་ཡར་དང་མར་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི་གང་ཡང་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ངས་འདི་ལྟ་ཡོད།

**དྲི་བ། ལྷ་གར་གྱི་མདུ་ལྷ་རྟ་དང་། རྒྱལ་ཡ་ཆ་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ལྷ་དེ་ཚོ་  
མཐོང་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། མི་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་དུས་གསེལ་བ་བཟབ་ན། དཀའ་ངལ་  
འཕྲད་ས་དེར་ལྷ་དེ་ཚོ་ཐེབས་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་བ་སོགས་གཟུགས་མཐོང་རྒྱང་འཕྲིན་  
ནང་འབྲེལ་བས་ནས་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག ། དེ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།**

ལན། དེ་བསྐྱེད་ཆོག་གི་རེད་པ། མདུ་ལྷ་རྟ་དང་། རྒྱལ་ཡ་ཆ་དེ་འགྲན་ཆེ་བྲལ་བའི་  
ཚུ་མ་རིག་རེད། ཚུ་མ་རིག་ནང་ལ་ག་རེ་བཟོས་བཟོས་རེད། མདུ་ལྷ་རྟ་རྒྱང་རྒྱང་བཤད་དགོས་  
པ་གང་ཡང་མི་འདུག་ག ། ང་ཚོའི་གེ་སར་གྱི་སྤྱི་ནང་ནང་ལའང་མ་ཞེ་ཞེ་གནམ་གནམ་དཀར་མོ་དེ་  
ཡང་གསལ་གར་སྐབས་འགྲོ་ཡི་འདུག་ག ། དག་ལྷ་ཕྱེར་མ་ཡང་གསལ་གསལ་སྐབས་འགྲོ་ཡི་འདུག་  
ག ། གྲུ་ཙམ་དེ་ལྷ་སྤྱི་དེ་ཚོ་ཆང་མའི་ནང་ལ་ཡོད་རེད། །

**དྲི་བ། ལྷིར་བཏང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནམ་ཐར་གྱི་ནང་དུ་རྩ་འབྲེལ་བསྐྱེད་པའི་**

སྟོར་མང་པོ་ཞིག་གསལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་པོད་ཀྱི་བླ་མ་ཆོའི་རྣམ་ཐར་གྱི་ནང་  
ལའང་རྩ་འཁྲུག་དང་གྲུབ་ཉག་ས་བཞུག་པའི་སྟོར་མང་པོ་ཞིག་གསལ་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་  
གུར་དེ་ཆོ་ཤོད་པའི་སྐབས་ལ་ཁོང་ཆོས། ཏ་ལྟ་ཡོད་པའི་བླ་མ་དང་སྤྱལ་སྤྱ་དེ་ཆོས་གྲུབ་  
ཉག་ས་དང་རྩ་འཁྲུག་ས་བཞུག་པ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་ག་རེ་རེད་ཅེས་སོགས་དྲིས་ཡོང་གི་འདུག  
།དེར་ང་ཆོས་ག་རེ་ལ་བ་ན་ལེགས་པ་ཡོད་དམ།

ལན། སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་། ཆོས་འབྲུང་། ལོ་རྒྱུས་དེ་ཆོའི་ནང་  
ལ་ཚུམ་རིག་གི་ཆ་ནས་སྒྲོ་བཏགས་ཀྱི་འུད་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་བཤད་པའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་  
ཅང་། དེ་ཆོའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་མངོན་ཤེས་དང་། རྩ་འཁྲུག་གི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞི་པོ་གཅིག་  
ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ང་མཆམས་རེ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མེད། དེ་འདྲ་དངོས་གནས་རང་བྱུང་ཨེ་ཡོད་ན་  
བསམ་བསམ་ཡོང་གི་འདུག །བྱས་ཅང་དེ་རིང་སང་ཉིན་སྤྱ་གཡུ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་ལ་ཁག་ཡོད་མ་རེད་  
བསམ་གྱི་འདུག །བོད་པའི་འབྲེ་སྤངས་ལ་ཆར་པ་བབས་ཆད་མེ་ཏོག་གི་ཆར་པ་དང་། འཇའ་  
ཤར་ཆད་གྲུབ་ཉག་ས་ཀྱི་འཇའ་ཤར་གྱི་སྤྱུ་ལ་གྲངས་ཀྱི་བརྒྱབ་སྤྱེ་བཤད་སྤངས་དེ་ཚུམ་རིག་གི་འུད་བཤད་  
སྤངས་ཤིག་རེད། དེ་འདྲའི་རིགས་ཆ་ཆང་ཡོང་གི་ཡོད་དང་མེད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག །དཔེ་ཆའི་  
ནང་ལ་ཡོད་པ་ཆ་ཆང་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པ། ཆོག་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བྱས་ཏེ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་  
དང་མིན། ཏ་གོ་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཤད་པའི་སྐབས་ལའང་མཉན་ཡོད་ལ་བཞུག་པའི་ཆོ་འཁྲུག་  
ཆེན་པོ་དེ་དག་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་གྲངས་ལ་བགྲངས་པ་མ་གཏོགས།  
དཔེར་ན་བདུད་བཙུག་པའི་མཇུག་པ་དང་། ཆོ་འཁྲུག་བཞུག་པའི་མཇུག་པ་དེ་དག་དེ་རིང་སང་ཉིན་  
བཤད་པའི་སྐབས་ལ་ཉོགས་བཞེད་ཀྱི་གྲངས་ལ་བཙུག་པ་མ་གཏོགས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་བཙུག་པ་  
མ་རེད། བྱས་ཅང་ཉོགས་བཞེད་དང་ལོ་རྒྱུས་གཉིས་པོ་དེ་ལོགས་སུ་འབྲེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་སངས་རྒྱས་གཞོན་ནུ་དོན་གྲུབ། གང་ཟག་པལ་པ།

ཀླུ་པོ་ཞིག་གི་སྐུ་སྲུང་བ་དེ་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་། ལོ་དྲུག་དཀའ་བ་སྤྱད།  
ལོ་དྲུག་དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་རྗེས་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རྟེན་པ་དེ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་རང་རེད། བདེན་པ་བཞི་འཛིན་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར། ལོ་བཞི་བཅུ་འི་རིང་ལ་རྒྱ་གར་  
ནང་ལ་པར་རྒྱུར་ཐེབས་ཏེ་ཆོས་མང་པོ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གསལ་གྲིག་རེད། དེའི་ནང་  
ལ་བདུད་བཅོམ་པའི་མཛད་པ་དང་། ཆོ་འཕུལ་བསྟན་པའི་མཛད་པ། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་  
པའི་རྩ་ལས་བབས་པ་དང་། སྐུ་གདུང་ཆ་བརྒྱད་ལ་བཀོས་པ་ལ་སོགས་པའི་དེ་འདྲའི་རྩ་འཕུལ་གྱི་  
ཆོ་འཕུལ་རྣམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་བཞག་དགོས་བྱུང་ན་ཁག་པོ་ཞིང་གསལ་  
རེད། དད་པ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་གིས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན། མངོན་སུམ་རང་ཆོད་འཇལ་ཐུབ་པའི་གནས་  
ཚུལ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། དད་པ་མེད་པའི་གང་ཟག་གཅིག་གིས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན་མཐོང་རྒྱ་མེད།  
ལྟས་བྱིན་དང་ལེགས་པའི་ཀམ་གཉིས་ལ་ཆ་མཚོན་ན། ལྟས་བྱིན་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐུ་མཆོད་གསལ་  
རེད། ལེགས་པའི་ཀམ་ནི་ཡུན་རིང་པོ། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཅམ་གྱི་བར་དུ་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་  
བྱང་ལ་ཉེ་གནས་བྱས་ཏེ་སྤྲོད་མཁན་གྱི་དགེ་སྤྲོང་རེད། དེ་ཆོས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་རེད། བྱས་ཅང་ཁོང་ཆོས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཅིག་ཀྱང་  
མ་མཐོང་བ་ཡིན་ན། དེ་རིང་སང་ཉིན་སློབ་གྲྭ་བཙོན་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་རྩ་འཕུལ་བསྟན་པ་དང་།  
ཆོ་འཕུལ་བསྟན་པ་དེ་དག་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དེ་ལ་ཁག་ཡོད་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཁོང་ཆོས་  
ཡིད་མ་ཆེས་པའི་སྐབས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆེད་ང་ཆོས་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོ་བརྒྱབ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་  
ཡོད་རེད་བསམ་པ་ངས་དྲན་གྱི་མེད། ངས་ནམ་རྒྱུན་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། གསང་བ་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་རྣམ་ཐར་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་གདུལ་  
བྱ་ཐུན་མོང་པའི་སྤང་ཚུལ་ལ། སྤྱིར་བཏང་ལོ་རྒྱུས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱུས་ལ་སྤྱིར་  
གཞི་བཞེས་རྒྱ་ཡོད་རེད། ཞབས་བཅུ་རྒྱ་ཡོད་རེད། སྐུ་བགྲས་སོང་ཆགས་རྒྱ་ཡོད་རེད། གསོལ་  
གྲོད་བཅོམ་རྒྱ་ཡོད་ཡོད་རེད། སྐུ་བསིལ་རྒྱ་ཡོད་པ་བཅས་མི་ནང་བཞིན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་བསྟན་

གྱུ་ཡོད་ཅེད། གུས་ཙང་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པའི་ཚུལ་དང་། གདུལ་བྱ་བྱན་མོང་བའི་  
སྒང་ཚུལ་གཉིས་པ་དེ་ལོགས་སུ་ཕྱེན་ས་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་ཅེད། དེ་རིང་སང་ཉིན་གསང་བ་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱལ་པའི་ནམ་ཐར་མཐོང་བྱལ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འཁུལ་དཔེ་ཆའི་  
ནང་ལ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའང་མཐོང་བྱལ་གྱིད་པ་ཅེད། ॥

འདི་ནི་ཟ་ཆ་དབུས་པོད་གྱི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་པོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་  
གྱིས་མཐོ་རིམ་པོད་དགེ་དང་ཆོས་དགའི་ཟབ་སྦྱོང་གི་སྒྲིག་གནང་སྐབས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ཟླ་ ༡༠ ཆེས་ ༡༨  
ཉིན་གྱི་ཚོགས་ཐེངས་དང་པོར་ཟ་ཆ་པོད་གྱི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་གི་སྐབས་དེའི་རེས་ཚོན་པ་མཁས་  
དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེས་གནང་བའི་བཀའ་སློབ་ཅེད།

# ༡༡། གཞིན་ཅུ་དུག་གི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་འགྲེལ་ཚུང་ དོན་བསྟུས།

ལྷ་མོ་སྤྲུལས།

རབ་བྱེད་གཉིས་པ་ལ། བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྐྱེ་བའི་སྤྲུག་བསྟུན་ལ་  
གྱིངས་ཚུལ་བསྟན་པ་དང་། དམ་པའི་སྐྱེན་པའི་སྐྱོར་གཉིས་བསྟན་ཡོད། དང་པོ་ལའང་ ༡༽  
ཐོག་མར་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལ་བསྟུགས་པ་དང་། ༢༽ འདོད་ལྷའི་བྱ་འདོད་ཡོན་འཛོལ་དུ་  
ཤོར་བ། ༣༽ ལམ་ཁར་སྐྱེ་བའི་སྤྲུག་བསྟུན་མཐོང་ཚུལ།

༡༽ དེ་ནས་རེ་ཞིག་དབྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་གུར་ཏེ། དབྱར་གྱི་དགའ་སྟོན་ཉེ་བར་  
གུར་མཐོང་ནས། །ཕུ་གུའི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱ་ཡོང་རབ་རྒྱས་པའི། །ཞོར་འཛིན་དགའ་མ་གདུང་  
བའི་རྫོད་འབར་ཞིང་། །ལུས་ཀྱི་དུལ་བཞིན་ཆབ་རོམ་ཞུ་བ་འབག་། །དེ་ཐོས་དགའ་བའི་སྟེང་  
པ་འཕེལ་བ་ཡིས། །ཅུང་ཟད་དམར་བར་གུར་པའི་ལུས་འཛིན་པ། །འབྲི་ཤིང་རྒྱམས་ནི་

འདྲམ་པ་གསལ་བྱེད་ཅིང་། །གཡོ་བའི་ཕྱེ་ཡིས་གྲོགས་ལ་སྒྲོན་པ་བཞིན། །དཔལ་དང་  
ལྷན་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་དེ་མཐོང་ནས། །རྒྱུད་གི་རྒྱལ་པོ་ཕྱག་དོག་སྒྲིམ་པ་ཡིས། །ཡིད་ཡོང་  
རྒྱན་ནམས་འཕྲོག་པར་འདོད་པ་བཞིན། །རྒྱུད་དམར་ཆེན་པོ་ཡང་ཡང་དག་ཏུ་ཡུང་། །  
།ནམ་མཁའ་ལམ་ནས་སྒྲིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དག །མགྲོགས་ཁྱད་འགྲན་བཞིན་རྒྱུད་གི་ན་བཞིན་  
ནས། །ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རིངས་པར་རྒྱག་པ་ནི། །ལུས་འཕགས་སྤྱིང་གི་དགའ་ལྗོན་  
བསྟེགས་པ་བཞིན། །དུལ་གྱི་ཕུང་པོས་ཕྱོགས་ཀྱན་རབ་དཀྱིགས་ཤིང་། །ཉི་མའི་གདུང་  
བཞིན་འགྱུར་བཞིན་མཐོང་ནས། །སྒྲེ་པོ་ནམས་ནི་ཕྱི་རོལ་མི་བགྲོད་པར། །འཆི་མེད་  
གྲོང་གི་ནང་ན་དགའ་བཞིན་གནས། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། དབྱར་དུས་ལ་ཉི་འཕྲུག་གི་སྒྲེབས་པ་ན་སྤྱི་ལོ་ཆོགས་  
འབྲས་པ་དང་ས་གཞི་རྫོས་ནས་འབྲུག་རིམ་ནམས་ཀྱང་ཁྱེན་ནས་འབབ་ལ། འཁྲི་ཤིང་ནམས་  
ཀྱང་ཁ་དོག་དམར་མདངས་དང་ལྷན་པར་གཡོ་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་ཤིང་  
། རྒྱུད་ཆེན་ཡང་ཡང་གཡུགས་པས་སྒྲིན་གྱི་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་སུ་མགྲོགས་པར་  
རྒྱ་བར་བྱེད་ཅིང་ནམ་མཁའ་དུལ་གྱིས་ཁེངས་ཤིང་ཉི་འོད་རབ་ཏུ་ཆ་བས་མི་ནམས་ཕྱི་ལ་མི་  
ཐོན་པར་བྱིམ་དུ་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ལ་རོལ་ལོ། །ཞེས་རྒྱ་གར་གྱི་དབྱེད་དུས་ཀྱི་ནམ་པ་ལ་རབ་  
རྟོག་གི་རྒྱན་གྱིས་གཙོ་བོར་བསྟེན་པ་ཞེ། དེ་ཡང་། ༡ མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན། ༢  
ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག ༣ སེམས་མེད་རབ་རྟོག ༤ ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག ༥ དངོས་དཔེའོ། །

༡༽ དེ་རྩེར་གྱུར་བའི་ཆོ་ཡང་། གཞོན་ནུ་འདོད་ལྷའི་ཕུན་ཉི་མོར་གྱི་རྟེན་པ་འཆོལ་  
བའི་ཕྱིར། ཡུལ་གཞན་དུ་རྒྱ་བར་འདོད་ནས་རྒྱ་པོ་ནམས་ལ་སྦྲས་པ། ཉལ་ཞིང་འདུག་པས་  
འཕྲོར་བ་བརྒྱག་འགྱུར་ཏེ། །རོགས་སུ་འགྲེལ་བའི་རྫོང་པོ་རུལ་བ་བཞིན། །བདག་ཅག་རྟེན་  
དང་བཀྱར་སྟེ་འཆོལ་བའི་ཕྱིར། །རྫོངས་ནམས་རྒྱ་ཞིང་ཡུལ་གཞན་འདོད་པར་རིགས། །  
ཞེས་ཏེ། ཕུ་པོ་གསུམ་ནི་གྲོང་ཁྱེར་དེ་ལས་ཕྱིར་བུང་ནས་དོང་རོ། །

ཐུ་འགྲམ་དུ་འབྲེལ་བའི་ཤིང་སྤྲོད་རུལ་བས་རང་ཉིད་ཀྱང་བརྒྱུག་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་  
ང་ཚོ་ཡང་ཉལ་ནས་འདུག་པ་འདིས་ད་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་ནམས་ཀྱང་བརྒྱུག་པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་  
དོན་ཏེ་འདི་ནི་ངག་དོན་དཔེ་དང་ཕྱི་མ་བྱ་བ་རང་བཞིན་བཟོད་པ་སྟེ་གོ་སྟོན། །སྤྲོད་ས་རྒྱ་མི་  
ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་དང་། དོང་ནི་སོང་དང་གཅིག་པའོ།།

༡༥ རྒྱ་པོ་གསུམ་ཡང་སྤྱན་ནམས་ལ་བཅེ་བས། དེ་དག་ཉེས་སུ་དོགས་པའི་ཕྱིར་  
ཕྱི་བཞིན་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་མཐར་གྱིས་དོང་བ་ལས། གྲོང་ཁྱེར་དེའི་ཤར་  
ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་སྟོན་དབུལ་མོ་ཞིག་ཁྱེད་བཅས་པ་ལས་ནད་ཀྱིས་འགགས་ནས་ཡུས་རྫོགས་  
པར་མ་ཐོན་ཏེ། ཟུག་རྩ་དཔག་རྩ་མེད་པ་དང་ལྡན་པས་ཚོངས་གནས་དེ་འགོངས་པ་བཞིན་  
དུ་གྱུར་པ་མཐོང་ངོ་། །དེ་མཐོང་ནས་གཞོན་ནུ་མཉེས་གཤེན་བཟང་པོ་ཤིན་རྩ་མིང་རྩེ་བར་  
གྱུར་ཏེ་སྤྱོད་པ།

ཀྱི་རྩད་ཕུ་མའི་གོས་གྲོན་ཞིང་། །ཡུས་ཕྱེད་ཐོན་ཏེ་སྐད་ངན་འབྲིན། །སྤྱི་གཙན་  
གྱིས་ཐོས་སྒྲ་བཡི། །དུམ་བྱ་དང་མཚུངས་འདི་སུ་ཞིག་། །ཚོངས་པས་འདོད་ཆགས་དུག་འཐུངས་  
པའི། །ཟུག་རྩ་ཁོང་དུ་རབ་རྒྱས་པས། །དུག་སྤུལ་གྱིས་བཞིན་ཡུས་བཅོམ་མ། །ཀྱེ་མ་དབང་  
བྲལ་མ་རེ་རྩུག་།

དོན་ངེ་བཞིན་པ་ནི། ཨ་ཁ་ཁ། ཤ་མས་གཡོགས་པའི་ཡུས་ཕྱེད་ལས་ཕྱིར་ཐོན་  
མ་ཐུབ་པར་དུ་སྐད་འདོན་པའི་བྱིས་པ་འདི་སུ་ཡིན། མ་རིག་པའི་དབང་གིས་འདོད་ཆགས་  
སྤྱད་པ་ལས་ན་ཟུག་དཔག་པོས་མནར་བའི་རང་དབང་མེད་པའི་བྱད་མེད་འདི་ཡང་སྤུག་བསྐལ་  
བ་ཡང་། ཞེས་དཔེ་རྒྱན་གྱིས་བཅིངས་པ་སྟེ་དེ་ཡང་། ༡ ངག་དོན་དཔེ། ༡ གཟུགས་  
ཅན་ངག་དོན་དཔེའོ།།

གཞོན་ནུ་ལེགས་པའི་སྟོ་གོས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ། འདི་ནི་ནད་ན་བ་དང་། འཆི་བའི་  
ཟུག་རྩ་རིམ་པ་བཞིན། །སྤྱི་བཞེས་བྱ་ཡུས་ཅན་གྱི། །རྩུག་བསྐལ་འཕྲུལ་འཁོར་དང་པོ་ཡིན། ། ལས་

ཀྱི་སྒྲིམ་བྱས་ཀྱང་ཐུའི་ལམ་དུ་བར་དོའི་སེམས་ནི་སྤོང་པའི་ཞགས་པས་བཅེངས་ཤིང་རང་དབང་  
མེད་པར་ཁྱིད། །སྤོང་བའི་གྲོང་ཁྱིམ་མ་ལེ་མངལ་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་གཤམ་གཤམ་གཅིད་འདམ་གྱིས་སྒྲགས་  
ཤིང་ལུས་ཀྱི་སྒྲགས་ཁང་དོག་པོར་བཅུག། མནར་མེད་དང་ནི་ཀྱི་དྲུང་ཁྱོད་ལྟར་ཆུ་བྱར་ལུས་  
ཀྱིས་ཆ་དང་གང་པའི་སྒྲགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དྲུང་ཁྱོད་། །སྒྲུབ་ཡང་མི་བཟད་བྱུག་དྲུང་དང་བཅས་ལྟར་  
བར་བྱེད་འདི་སྒྲེ་འགྲོ་ཀྱང་གྱི་ལས་ངན་འབྲས་བྱ་དང་པོ་ཡིན། །མངལ་གྱི་སྒྲོ་ཡིས་བསྐྱེད་མས་  
པ་འདི་ནི་འཛིགས་ཀྱང་འཁོར་པའི་བཅོན་རར་འཕྲུག་པའི་ཐོག་མ་ཡིན། །ལྷ་མའི་བྱ་བས་དཀྱིས་  
པ་འདི་ཡང་ལས་ཀྱི་འཆི་བདག་ཞགས་པ་འདེབས་པའི་ཐོག་མ་ཡིན། །དྲུང་ལྟར་ལྟར་སྒྲོག་  
པ་འདི་དག་སྒྲགས་བསྐྱེད་སྒྲེ་ངག་བཅུད་མར་འདོན་པའི་ཐོག་མ་སྟེ། །རྩལ་མའི་མལ་དུ་ལྟར་  
པ་འདི་འདྲ་ཉོན་མོངས་སྟེག་ཟེའི་ལོག་དྲུང་འཕྲུག་པའི་ཐོག་མ་ཉིད། །འདི་ལྟར་ཤིན་དུ་འཛིགས་  
ཀྱང་པའི། །སྒྲེ་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མ་བཅད་ན། །རིགས་དུག་ལས་ཀྱི་སྤོང་པ་ཡི། །སྒྲགས་བསྐྱེད་ཆོ་  
རྒྱན་རྒྱན་བཞིན་འཁོར། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲེ་པའི་སྒྲགས་བསྐྱེད་འདི་འདྲ་སྟེ། དེ་ཡང་། ལས་  
དང་སྤོང་པའི་དབང་གིས་མངལ་དུ་ཆགས་ཤིང་། དེར་བཅོར་གནོན་དང་ཆ་གང་གི་སྒྲགས་བསྐྱེད་  
མང་པོ་མུངས་ནས་མཐར་འདི་ལྟར་སྒྲེ་བ་འདི་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་ཐོག་མ་  
ཡིན་ལ། འཁོར་བར་སྤོབས་ནས་སྒྲུབ་ཡང་ལས་ངན་གསོག་པའི་ཐོག་མ་ཡང་ཡིན། འདི་  
ལྟར་སྒྲིམ་མ་ཐག་ནས་མལ་རྩལ་མོར་ལྟར་སྟེ་དྲུང་འཁོར་བྱེད་པ་བཞིན་སྒྲགས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲེ་ངག་ལ་  
རྒྱན་འཆད་མེད་པས། སྒྲེ་པའི་རྒྱན་ཐག་མ་བཅད་ན་འགྲོ་བ་ནམས་ཀྱི་འཁོར་པའི་སྒྲགས་བསྐྱེད་  
ལ་མཐའ་མེད་དོ། །ཞེས་གདམས་པ་སྟེ། སྒྲེ་པའི་སྒྲགས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའོ། །དེ་ཡང་རྒྱན་ནི།  
༡ དྲང་བཟོད། ༡ རབ་སྟེལ་རྒྱན། དེ་ཡང་རྟེན་པ་དང་པོ་མ་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན་  
དང་། རྟེན་པ་གཉིས་པ་འབྲུ་མང་པའི་དཔེ་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན། རྟེན་པ་གསུམ་  
པ་ཆོས་དཔེ། ཐ་མ་རང་བཞིན་བཟོད་རྒྱན། ༡ དེས་བསྐྱེད་གཟུགས་ཅན། དེས་བསྐྱེད་



ཁྱེན་དང་བཅས་པས་སོ། ལ གཟུགས་དཔེ་སྒྲེལ་མ། གཟུགས་ཅན་རང་སྐྱ་བ་དང་དཔེ་ཁྱེན་  
རང་སྐྱ་བ་འགྲོགས་པ་ཅན་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་འདོགས་འོས།

གཉིས་པ་སྐྱེན་པའི་སྐྱོར་ལའང་། ༡༽ སྐྱེན་པའི་ཡུལ་དབུལ་བའི་སྐྱག་བསྐལ་མཐོང་  
ཚུལ་དང་། ༢༽ ཟང་ཟིང་གི་སྐྱེན་པ་དང་སྐྱེན་པའི་ཕན་ཡོན། ༣༽ ཡོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་  
པའི་ཉེས་དམིགས་དང་ཆོག་ཤེས་སྐྱོར། ༤༽ ཞིང་དམ་པ་ལ་སྐྱེན་པ། ༥༽ ཆོས་ཀྱི་སྐྱེན་པ།  
༦༽ མི་འཇིགས་པའི་སྐྱེན་པ་བཅས་སོ།

༡༽ དེ་སྐད་སྐྱས་ནས་རིམ་བཞིན་ཡུལ་རྣམས་སུ་རྒྱ་བ་ལས། མྱོང་ཁྱེར་གཞན་ཞིག་  
གི་སྐྱོར་དང་ན་སྤོང་མོ་བའི་སྐྱེ་བོ་ཡི་དཀའ་ལྟར་ལྟས་རིད་ཅིང་། མདོག་ཐོ་སྐྱར་གྱུར་པ། སྐྱ་  
འཛིངས་པ། མཁྱིན་པ་ནི་བསྐྱམས་ཤིང་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་ཐལ་བྱུང་དུ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་  
འདུག་པ་དེ་དག་གིས་གཞོན་ཏུ་རྣམས་འོང་བ་མཐོང་ནས། མི་རྣམས་བཞིན་དུ་ཡངས་ཤིང་ལུག་  
འཆལ་ཏེ་ཤིང་སྐྱམ་གྱི་ཡལ་ག་རིངས་པ་ལྟ་བུའི་ལག་པ་བརྒྱངས་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱས་སོ། །  
༡༽ སྐྱར་དཔེ་དང་། ༢༽ ཆོས་དཔེས་བརྒྱན་པའོ།

ཀྱི་རྒྱུད་རབ་རྒྱས་ནགས་ཆལ་དུ། ཤིང་སྐྱམ་འབའ་ཞིག་འབྲས་མེད་ལྟར། འབྱོར་  
ཐོན་མྱོང་འདིར་བསོད་ནམས་ཀྱི། རྒྱན་བྲལ་བདག་ཅག་ཁོ་ན་དབུལ། རྒྱུད་ལ་དགེ་བའི་  
འབྲི་ཤིང་གི། ས་པོན་བཏབ་ལས་དཔལ་འབྱོར་གྱི། ཡལ་འདབ་རབ་རྒྱས་ཁྱོད་ལྟ་བུ། ལེགས་  
བྱས་ཀླང་འཁྱུང་འཁྱུངས་པ་ཉིད། ཁྱོན་པའི་རྒྱ་ནི་རབ་བརྒྱས་དང་། ཁྱོན་པའི་ཡལ་ག་བཅད་  
ལས་འཕེལ། འཇིག་རྟེན་འདི་དང་ཡ་རོལ་གྱི། ཡོངས་སྤྱོད་སྐྱེན་པ་ཉིད་ལས་འབྱུང་། འཆོ་  
བའི་ལུས་ནི་སྐྱ་ཅལ་དང་། རིགས་ནི་མཆོག་རྣམས་ཡོན་ཏན་དང་། སྐྱ་བ་པོ་ནི་བདེན་པས་  
བཞིན། ཡུན་ཚེ་རྒྱས་པ་གཏོང་བས་མཛེས། དེ་ཕྱིར་སྐྱེན་པའི་རིན་ཆེན་གྱིས། དབུལ་  
ཐོངས་བདག་ཅག་ཆོས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་གྲགས་པ་ཡི། རྟོན་གྱིས་རབ་རྒྱ་གང་  
བར་མཛོད། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། རྒྱ་འབྲུར་ཡོངས་སྤྱོད་ལུན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་འདིར་བསོད་དམན་  
སྤང་པའི་ང་ཚོ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། བྱེད་ཅག་ནི་བསོད་ནམས་འབྲས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཕུག་  
པོ་ལགས། ཆེ་འདི་ཕྱིའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཕུན་ཚོགས་དེ་ནི་སྤྱིན་པའི་འབྲས་ཕུ་རང་ཡིན་པས་གཏོང་  
བ་ནི་སྤྱིན་བདག་དག་གི་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན། དེ་བས་བྱེད་ཅག་གིས་ཀྱང་ཚོར་གྱི་སྤྱིན་  
པས་བདག་ཅག་གི་དབུལ་ཡོངས་སེལ་ནས་སྤྲོ་གྲགས་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག། ཅེས་པ་སྟེ་མདོར་  
ན་ཆེ་སྟེ་མ་ནམས་ལ་བསོད་ནམས་བསགས་མིན་ལས་བྱུང་བའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་བྱུང་པར་བསྟན་  
པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡ གཟུགས་ཅན་ངག་དོན་དཔེ། ༢ མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན། ༣ རྩ་  
བོ་དངོས་པོའི་དཔེ། ༤ གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ། ༥ ཡན་ལག་གཉིས་གཟུགས།

༡༢ ཟང་ཟེང་གི་སྤྱིན་པ་དང་དེའི་ཡན་ཡོན་བཟོད་པ། དེ་ལྟར་ཅེས་སྟུགས་པ་དང་།  
གཞིན་རྒྱ་གསུམ་པོ་དེས་རང་རང་གི་གོས་ཀ་གི་ཀའི་རས་བཟང་པོ་གསེར་སྤང་འབྲུམ་ཕྱག་རི་  
བ་ནམས་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་ལས་བྱས་པའི་ན་ཆ། །མགུལ་རྒྱན། གདུབ་ཀོར། རྩེང་བའི་  
དོ་ཤལ་དང་བཅས་པ་ཕུད་དེ་ཡོངས་པ་དག་ལ་བསྟན་བས་ཤིང་། རང་གི་འཚོག་ཆས་ཇི་སྟེད་ཡོད་  
པ་ནམས་ཀྱང་མ་ལུས་པར་བྱིན་ནས་དེ་དག་གི་ཆོམ་ཕྱིའི་གོས་སྟོང་པ་རྩལ་རྩལ་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་  
སྟེ་ཕྱིང་བ་ཕྱ་ཉིག་གི་རྩ་བ་རྩར་བཀྲ་བས་གཡོགས་པ་དེ་དག་རྒྱངས་ཏེ་གྱོན་ནས་སེམས་མགུ་  
བཞིན་དུ་འདུག་གོ། དེ་མཐོང་བ་དང་། གཞིན་རྒྱ་འདོད་ལྟའི་བྱས་ཁྲེལ་བས་དགོད་པ་བཅས་  
པས་སྟུགས་པ།

༡ ཆོས་དཔེ། སྤྱིན་པའི་བྱ་བ་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་སྟེ་ཞེན་པ་བྲལ་བའི་གཏོང་སེམས་  
མཚོན་པའོ།

ལ་མཚན་སྤྱོད་ཚུལ་འདི་ལ་རྟོས། །ཏ་ཅང་སྤྱིན་ལ་དཔའ་བས་ཉམས། །རང་ཉིད་  
སྤྱད་པའི་ལྷག་མ་དག །གཞན་ལ་སྤྱིན་པ་མཛེས་པ་ཉིད། །འབྲུམ་ཕྱག་རི་བའི་གོས་བཟང་  
དང་། །རིན་ཆེན་རྒྱན་ནམས་བཏང་ནས་ནི། །ཤིག་སྟོས་བརྒྱན་པའི་གོས་ཐོབ་པ། །ཁྱོད་

ཅག་ཚོང་གི་སྤྱོད་ལ་མཁུམ། །ཞེས་སོ།།

ཆོགས་བཅད་འདི་གཉིས་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་དང་བཅས་ཟང་ཟིང་གི་སྤྱོད་པའི་ཡོན་  
ཏན་ལ་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པར་གོང་།

༡༥ ཡོངས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་ཆོག་ཤེས་སྒྲོར། དེ་ནས་གཞོན་  
ཏུ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱིས། བདག་ཉིད་སྤྱོད་ལ་དགའ་བའི་ཆེ་བ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཆོགས་སུ་  
བཅད་དེ་སྤྱོད་པ། གྲོགས་པོ་བདག་ཅག་སེར་སྒྲ་གོམས་མ་གུར། །ལུས་དང་ཤུམ་ལ་ཆགས་  
ཤིང་བཀམ་པ་མེད། །ཡོངས་པས་རྒྱབས་ཆེར་སྤོང་ཡོད་མཐོང་གུར་ན། །དགེ་ཆོགས་འཕེལ་  
ཕྱིར་དེ་ནི་རྟོག་པའི་མཆོག་། །རང་གི་མགོ་དང་མིག་འབྲས་རྒྱུ་ལག་དང་། །སྤྱོད་ཀྱང་གཏོང་  
ན་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་འམ། །སྤྱིང་པོ་མེད་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །མཁུམ་པས་མི་སྤྱོད་  
པ་ནི་ཅི་ཡང་མེད། །ཡོངས་པ་ནམས་ལ་བདོག་པ་ཀུན་བཏང་ན། །སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་དཔལ་  
འཕྱོར་སྤྱོད་འཕྱོང་། །བསོད་ནམས་ཚོང་ཟོང་འདི་ལྟ་བུ་གསལ་ལོས་ཏེ། །འདྲུངས་ཤིང་ནོར་  
ལ་བཀམས་པའི་སྤྱོད་ལུལ་མིན། །སྤོང་བ་ཕྱིར་བསྟོག་རེ་ཐག་བཅད་པ་ཡི། །ཤུགས་རིང་  
རྒྱུང་གིས་བྱས་པའི་མྱ་ངན་མེས། །རང་གི་གྲགས་པའི་ཚུན་ཤིང་སྤྱོད་པ། །སྤོངས་པ་དེ་  
ནི་གསོན་ཡང་ཤི་དང་མཚུངས། །སྤྱོད་པ་མི་དགེ་འཛོམས་པའི་དཔལ་ལོ་སྤྱོད། །ཡིད་ལ་རེ་བའི་  
འབྲས་སྤྱོད་དཔག་བསམ་ཤིང་། །ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆེན་ཡིན། །བསོད་ནམས་  
འབྲས་བྱ་མི་ཟད་གཏོར་དང་མཚུངས། །དེ་སྤྱོད་ཅེས་སྤྱོད་པ་དང་། །ཕུ་པོ་གསུམ་ཡང་ཅང་  
མི་སྤྱོད་པར་གྱུར་ཏོ། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པའི་སྒྲོ་བས་སམ་སྤྱོད་པའི་ཕན་ཡོན་  
།ལྟན་པ་སྤྱོད་ཆོག་དོན་གོ་བདེ། ཆོག་བྱུན་ནི། ༡ རིགས་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད། ༡ བྱ་བ་  
།ར་གྱི་གསལ་བྱེད། ཡང་ན་ཆོགས་བཅད་འདི་གཉིས་ལྟན་ཅིག་རིགས་རང་བཞིན་བརྟོག་པའི་  
།ན་དུ་བཞག་ཆོག ༡ ཡོངས་བརྟོག་བྱུན། ༢ ལྟན་པའི་གཟུགས་ཅན་ཏེ། ཡང་ན་ངག་

དོན་གཟུགས་ཅན་ཞེས་ཀྱང་བཏགས་ཆོག་སྟེ། འདི་ཉིད་ངག་དོན་གྱི་དཔེར་བཅོས་ན། སྒྲིང་  
བཟུང་བསྒྲིག་རེ་བ་ཉམས་བྱས་པའི། །ལྷགས་རིང་གདུང་བས་གྲགས་པ་ཉམས་བྱེད་པ། །དག་  
པོའི་རྒྱང་གིས་བྱས་པའི་མེ་ཆེན་གྱིས། །ཚུན་གིང་རབ་དུ་སྟེག་པར་བྱེད་པ་བཞིན། །རྩ་བུ་སྟེ་  
ངག་དོན་གྱི་གོ་དོན་ཡོངས་སུ་ཆང་བས་སོ། །ཀྱང་པ་ཐ་མ་ནི་དངོས་དཔེའོ། ། ༥ ཀྱང་པ་  
ཐོག་མ་གསུམ་རྒྱུའི་གཟུགས་ཅན་དང་ཐ་མ་རྒྱུའི་དཔེ་ཡིན་ཏེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཟད་  
པ་མེད་པས་ན་གཏེར་དང་མཚུངས་ཞེས་པའི་ཆོག་གོ། །

ཁྱིན་པས་དཔལ་རྣམས་ཡོངས་པའི་མཁོན་ལ་རེ་བ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་གཏོང་། །འཕྲངས་  
པ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་འཆོ་ཕྱིར་ཟས་དང་སྒྲོམ་ཡང་སྦྱོད་མི་རུས། །ཀྱི་མ་མཆོག་དང་དམན་  
པའི་སྦྱོད་པ་ཁྱད་པར་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་སྟེ། །ངང་ཚུལ་དེ་ཉིད་ནོར་འཛིན་གཞི་དང་རྒྱ་སྐར་  
ལམ་གྱི་བར་ལས་རིང་། །སྤིང་སྟོབས་ཅན་རྣམས་འགྲོ་ཀྱན་སྦྱོལ་བའི་ཁྱེད་ཆེན་དཔུང་པའི་མཐུ་  
ཡིས་བཟོད། །དམན་པའི་སྟེ་པོ་བདག་གི་དོན་ཡང་སྦྱལ་བས་ངལ་ཁིང་སྦྱིད་ལྷག་གནས། །རབ་  
བཟན་ཐང་པོས་རྩ་དབང་དཔུང་བཅས་གིང་རྩ་འདྲེན་ཁིང་རྩ་མིན་བསྟོག། །ཐ་སྟེས་དག་ནི་རང་  
གི་མཐུག་མ་ས་ལ་འདུད་ཅིང་འགྲོ་བའང་མཐོང་། །

ནང་དོན་གོ་སྟེ། སྒྲོམ་ནི་སྐབས་འདིར་བདུང་བ་ལ་གོ་བྱེད་ནི། ༡ གཞི་ཐ་དད་  
པའི་བྱ་བ་འགལ་བ་དང་། བྱེད་ཕྱི་མ་ལ་བསྐྱར་བའི་དཔེ་ཞེས་འདོགས་པོས། ༢ འདི་ལ་  
ངག་དོན་རྒྱ་པོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཞེས་འདོགས་སོ། །

དེ་ནས་གཞིན་ནུ་དེ་དག་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རིམ་གྱིས་དོང་དོང་བ་ལས། ཡུལ་ཁམས་  
དེའི་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་སྦྱོང་ཞེས་བྱ་བའི་པོ་བྱང་འཕགས་རྒྱལ་ཞེས་པ་ཁོར་ཡུག་སྦྱེད་མོས་ཆལ་  
རྣམ་པ་དུ་མས་བསྐྱོར་བ། ཏུ་ལའི་ཕྱེང་བས་མཆན་པའི་པོབས་རིམ་པ་བདུན། རྒྱ་གཙང་མ་  
ཡིད་དུ་ཡོང་བས་གང་བ། ར་བ་རིམ་པ་བདུན་དང་། ཁང་པའི་ཁོར་ཡུག་བདུན་གྱིས་རྣམ་  
པར་བྱེ་བའི་དཔུས་ན་ཁང་བཟང་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཆོགས་ལས་ཀྱལ་བ་རྩའི་གཞལ་མེད་ཁང་རྩ་བུ་

ན། མེད་དབང་པོ་བཅུན་མེད་འཁོར་དང་མདུན་ན་འདོན། བློན་པོའི་ཆོགས་དང་བཅས་  
པ་མངོན་པར་མཐོ་བའི་དཔལ་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཅིང་། ཀྱན་དགའི་གཏམ་དང་བླུ་གར་གྱིས་  
སྤྲོགས་ཀྱན་གང་བར་བྱས་ཏེ་འདུག་པ་དང་ཉེ་བར་ཕྱིན་ཏོ། །དེ་ལྟ་བུའི་འཕྲོར་པས་གཞོན་ནུ་  
འདོད་ལྟའི་བྱ་ཡིད་འཕྲོགས་པར་གྱུར་ཏེ་སྤྲོས་པ།

༡ རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་སྤྱོད་གི་ལོངས་སྤྱོད་བཀོད་འབྲེ། ཆོས་དཔེ། འོབས་ནི་ས་  
དོང་ཟབ་མོ། མདུན་ན་འདོན་ནི་རྒྱལ་པོའི་དབུ་ཟུང་བུའོ།

ཀ་ལེ་སྐལ་བ་ཡུན་སུམ་ཆོགས། །མངའ་ཐང་རྫོགས་པའི་དཔལ་འཕྲོར་ཅན། །འདི་  
བས་ལྷག་པ་སྤྱིད་གསུམ་ན། །བསོད་ནམས་ཐོང་གིས་འཐོབ་པ་མེད། །རབ་བརྗེད་གསེར་གྱི་  
རི་དང་ནི། །རོལ་མཆོ་བདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ཡི། །ལྷན་པོ་ཞེས་བྱ་སྐབས་གསུམ་གནས། །དེ་  
ནི་འདི་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན་། །རིན་ཆེན་བ་གམ་གཞལ་མེད་ཁང་། །རྒྱན་གྱིས་ཐྱི་བར་གྱུར་པ་  
ཡིས། །རྒྱ་ཡི་ཁང་བཟང་རྣམ་པར་རྒྱལ། །ས་གཞི་ལ་ནི་བབས་པ་བཞིན། །རྫོན་གིང་མེ་ཏོག་  
རབ་རྒྱས་པའི། །ཡིད་པོང་སྤྱོད་ཆ་ལ་འདི་མཐོང་ན། །དགའ་བའི་ཆལ་གྱི་བྱ་རྣམས་ཀྱང་། །དབུལ་  
པོ་བཞིན་དུ་ཞུམ་པར་གྱུར། །བདེ་ཞིང་འཕྲོར་པའི་ཡུལ་ཁམས་འདིར། །ལེགས་བྱས་ལྷན་  
པ་ཀྱན་སྤྱོས་པས། །འཆི་མེད་གྲོང་གི་ཉེ་འཁོར་ཡང་། །དུ་ལྟོང་པར་མ་གྱུར་ཏམ། །འཛམ་  
བུ་སྤྱིང་གི་རྩ་ན་རྩུག། །མི་ཡི་མངའ་བདག་མིག་རྫོང་ཅན། །ས་ལ་གནས་པའི་མཐོ་རིས་ནི། །སུམ་  
ཅེན་སྤྱོ་པོའི་སྤྲེམས་པ་འཕྲོག་། །རིན་ཆེན་ཆོགས་ལྷན་བང་མངོན་གྱིས། །གདེངས་ཅན་བདག་  
པོ་སྤྱོངས་བྱས་ནས། །དཔའ་ཞིང་བརྟུལ་མོད་དཔུང་གི་ཆོགས། །རྩ་མིན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་  
འདོད་བཞིན། །རྒྱལ་ཕྱན་རྫོང་ཕྱག་རྣམས་ཀྱི་ནི། །སྤྱི་པོར་བཀའ་ནི་ངལ་བསོ་ཞིང་། །བྱུར་  
མིག་བདེ་དང་ཆོག་ཅམ་གྱིས། །སྤྱོ་རྒྱའི་བྱ་བ་སྤྱུབ་འདི་མཆར། །འདི་རྣའི་དཔལ་འཕྲོར་མཐོང་  
བ་ན། །འཕྲས་ངན་བྱལ་དེགས་པ་ཉམས། །མི་བྱ་སྤྱོས་ཀྱང་དབུལ་ཕོངས་གིང་། །རྣམ་དཔྱད་རྣན་  
ཡང་དབང་བྱལ་བ། །བདག་ཅག་གསོན་ཡང་གི་བརྟེ། །ཁ་ཟས་རྣན་ཡང་འཆོ་བ་བྱལ། །གོས་

ཀྱིས་བཀའ་པའི་གཅེར་བུ་དང་། །མི་ཡི་ལུས་ཅན་ཡི་དྭགས་ཡིན། །སྒྲོ་བ་མེད་པའི་ཁང་  
བཟང་དཔུས་ན་སྒྲོན་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་ཁང་བཟང་ནང་ན་བཀའ་ཡིས་ལུས་ལ་དབང་བསྐྱར་  
ཞིང་། །རེག་ན་བདེ་པའི་གོས་བཟང་ནམས་དང་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱན་གྱིས་སྤྱད་ཅིང་རོ་  
བརྒྱ་ལྡན་པས་ཆོས་ཀྱར་པ། །རི་དྭགས་མིག་ཅན་མངོས་མ་དག་དང་སང་གེའི་ཁྲི་ལ་ལྡན་གཅིག་  
ཉལ་ཞིང་རྒྱུད་མང་སྤྱོད་ཡིས་སད་པར་བྱེད། །འདི་རྩེ་འཕྱོར་པ་སྤྱིད་གསུམ་ན་མེད་གལ་ཏེ་  
སྐལ་པའི་ཆ་གས་ཡོད་ན་རྒྱུ་ལམ་དུ་ཡང་ཐོབ་པར་ཤོག ༥

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ཀལ་ལེ་སྤྱན་ནམས། མངའ་ཐང་ལོངས་སྤྱོད་ལུན་ཆོགས་  
འདི་འདྲ་ནི་བསོད་ནམས་ལྡན་པ་སྤྱོད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་འདིར་རྟེན་དཀའ་སྟེ། ལྷ་ལུས་ཞེས་  
པའང་འདི་ལས་གཞན་ཞིག་ཡོད་དམ། ལྷའི་དགའ་ཆལ་ལྷ་པུའི་ཡིད་འོང་སྤྱོད་ཆལ་དང་།  
ནམ་རྒྱལ་ཁང་བཟང་དང་འདྲ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་འདིར་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པོ་བསོད་ནམས་ལྡན་པ་  
འདི་ནམས་ནི་ལྷ་དང་ལྷ་མོའོ། །བརྒྱ་བྱིན་ལྷ་པུའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ལྷའི་བང་མཛོད་འདྲ་བའི་ལོངས་  
སྤྱོད་དང་། ལྷ་མིན་དཔུང་འདྲའི་དམག་དཔུང་ཅན། བཀའ་ལ་ཉན་པའི་སྒྲོན་པོ་སྤྱོད་ཐུག་  
ཅན། གསུང་ཅམ་རེས་ཀྱང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་རོ་མཆར་བ་འདི་ལ་གཟེགས་དང་།  
རེད་ཅག་ནི་གསོན་ཡང་གི་བ་དང་ཁྱད་མེད་ཀྱི་མི་ལུས་ཅམ་ཐོབ་པའི་ཡི་དྭགས་ཡིན། ཀྱེ་  
མ་ཀྱེ་དུད། སྒྲོན་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་པའི་ཁང་བཟང་ནང་ན་བཀའ་ཡིས་དབང་བསྐྱར་  
ཅིང་རིན་ཆེན་ཀྱན་གོས་ཀྱིས་བརྒྱན། རོ་བརྒྱའི་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ། མངོས་མ་ནམས་  
དང་ལྡན་སང་གེའི་ཁྲི་ལ་བདེ་བར་ཉལ་ཞིང་གཉིད་ལས་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱུད་མང་སྤྱོད་ཡིས་སད་པར་  
བྱེད་པའི་སྐལ་བཟང་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་མེད་པ་འདི་འདྲ་རྒྱུ་ལམ་གྱི་བགོ་སྐལ་ཅམ་ཐོབ་  
ནའང་ཅི་མ་རུང་ཞེས་བཛོད་པའོ། །འདུས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདིར། ལུས་འཁོར་སྤྱོད་  
གི་སྤྱོད་བརྒྱུད་དེ་དཔེ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་སྤྱོད་བརྒྱུད་དག་གིས་མཆོན་པར་བྱས་པས་ན་དཔེ་རྒྱན་  
ལས་མ་འདས་མོད། ནང་གསེས་སུ་རྒྱན་ནི། ༥ ལུང་བཛོད་གཟུགས་ཅན། ༡ བསྟོན་

དོར་གཟུགས་ཅན། ༡ ཕུད་བཟླ་དཔེ་རྟོག་ རྩོམ་ཆར་ཕུལ་བྱུང་དང་ཉིང་འཛིན་རབ་  
རྟོག་སྒྲེལ་མ། ༢ རྩོམ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་ནམ། ཟུར་མིག་དཔེ་ཞེས་འདོགས་ཏེ། མཛེས་མ་  
ཞིག་གིས་གདོང་གཞན་ཞིག་ལ་ཕྱོགས་ཏེ་ཟུར་མིག་གཞན་ཞིག་ལ་འཕངས་པའི་ཚུལ་ལྟར་  
དཔེ་འགོད་ལུགས་འདིས་དཔེ་ཅན་དེ་ལས་སྐབས་དོན་གཞན་ཞིག་གི་ཡོན་ཏན་རྩོམ་ཆར་  
བ་བཟླ་དཔེ་མོ། ༣ ཐེ་ཆོམ་ཕུད་བཟླ། ༤ གཟུགས་དཔེ་སྒྲེལ་མ། ༥ རབ་རྟོག་  
དཔེ། ༦ ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་དང་ཕུད་བཟླ་དེ་རྩོམ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་ཡང་རྩོ། ༧ ༨ ༩ ༡༠  
འདི་གཉིས་ཕུད་བཟླ་དང་སྤྱི་མཉམ་འགལ་ཅན། ༡༡ རབ་སྒྲེལ་ཅན་ཏེ། བྱ་བ་རང་  
བཞིན་བཟླ་དཔེ་དང་ཐུན་མཉམ་དཔེ་གིས་བཟླ་དཔེ་བཅས་པའོ།

གཞན་ནི་ཕྱོགས་པའི་སྒྲོ་སྒྲོས་ཀྱིས་དེ་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པ་བཟླ་ག་པར་འདོད་ནས་  
ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྒྲས་པ། སྒྲོགས་དག་ཚུར་ཉོན་འདོད་པའི་ཞགས་པ་ཐོངས། རང་གི་འཆོ་  
བས་ཆོག་གིས་ཐོན་པར་གྱིས། འཕྲོར་པ་རྩལ་བསྐྱལ་བཟུ་སྤྱལ་འབྱུང་གནས་ཏེ། ཆོག་གིས་  
ཐོན་པ་ཆད་བྱུང་བའི་པེ་གཏེར། ལོངས་སྤྱོད་མཐར་ཕྱེད་དུ་གདང་མཚུངས་པ་སྟེ། རང་པོ་  
རབ་ཞིམ་ཕྱི་ནས་འཕྲང་བར་ཕྱེད། རི་ཅོམ་སྤྱད་ཀྱང་མི་རོམས་སྤར་ཡང་ནི། གཏུང་བ་འཕེལ་  
བའི་ལན་ཚུའི་ཚུ་པོ་བཞིན། འདོད་ཡོན་ཕྱིན་ཟེའི་ལོངས་པ་ནམས། ཕྱེ་མ་ལེབ་བཞིན་  
འདི་དང་ཕྱི་མ་བསྒྲེགས། བསགས་དང་སྤྱང་དང་བརྒྱག་པའི་རྩལ་བསྐྱལ་ཅན། སྤྱང་ཕྱི་གཏེར་  
བའི་སྤྱང་བུ་འི་བཞིན་ནོ། ལོངས་དང་འཕྲོར་པ་ཐོན་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ཁྱད། མི་བཟད་རྩལ་  
བསྐྱལ་འཕྲར་ཡང་དེ་ཅོམ་སྟེ། གསེར་གྱི་རི་ཡིས་ནོན་པ་བརྒྱག་འཕྲུར་ལ། ཤིང་ཤུན་ཤུན་པའི་  
སྤྱོ་པོ་བའི་བར་གནས། འབངས་ནམས་འེ་འེའི་རྩལ་བསྐྱལ་འི་སྟེང་པ། རྟེན་གཉིས་པའི་ཡིད་  
ལ་གཏུང་བའི་ཁྱར། ཟས་དང་གོས་ཀྱིས་ཀྱང་ཀྱང་འཆོ་བར་གནས། རྟེན་ལས་སྤྱལ་པ་རྩལ་པོས་  
སྤྱོད་མ་ཡིན། ལུལ་འཁོར་སྤྱོད་ལ་རྟག་ཏུ་ལུས་སེམས་ཕྱེལ། རྟག་ནམས་སྤྱང་སྤྱང་ཡང་འི་  
འཛིགས་དང་བཅས། ས་བདག་ཅེས་པར་སྟན་པའི་གྲགས་ཐོན་ཡང་། སྤྱོ་པོ་ཀྱན་གྱི་འབངས་

སྤྱུག་ནས་པ་ཉིད།<sup>6</sup> །རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་རུང་བའི། །ཤེགས་བྱས་ས་པོན་ཉོན་མོངས་  
མེས་ཆོག་པས། །གཡོ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ཐལ་བའི་ཕྱ་གུ་འབྲུངས། །སྤིང་པོ་མེད་པས་བསོད་ནམས་  
འབྲས་བུ་བརྒྱལ།<sup>7</sup> །སྤིད་པའི་བདེ་བ་རྒྱད་པའི་མཐའ་ཅན་ཏེ། །ཡུན་རིང་འཕྱོར་ཡང་ནམ་ཞིག་  
ཅི་ནས་ཉམས། །གཡོ་ཞིང་མི་རྟག་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །རྩེར་མཚུངས་ནོར་ལ་ཆགས་  
པ་བརྗོད་པར་གྱིས།<sup>1</sup> །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། སྤྱན་སྒོགས་ཆོ། འདོད་ཉམ་མ་ཆེ་རང་ནོར་འདིས་ཆོག་  
ཤེས་བྱོས། ཆོག་ཤེས་ནི་བདེ་བའི་གཞི་དང་། རྒྱ་འཕྱོར་ནི་དུག་དང་ལན་ཚུ་དང་མེ་དང་  
འབྲ་བས་སྤྱག་བསྐལ་ཀུན་གྱི་འབྲུང་བྲུངས་ཡིན། དང་པོ་གསོག་པའི་ངལ་བ། བར་དུ་  
སྤྱང་བའི་སེམས་ཁྲལ། ཐ་མར་བརྒྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཅན་ནོ། །དེ་བས་དབུལ་ཕྱག་གཉིས་  
ལ་ཕྱེད་ཁྱད་པར་ཇི་བཞིན་ནང་སེམས་ཁྲལ་ནི་དབུལ་པོ་ལས་ཕྱག་པོར་ཆེ། ཟས་གོས་གཉིས་  
གྱིས་མི་ཆང་མ་འཛོ་ཞིང་གནས་པ་བཞིན་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཡང་སྤྱོད་རྒྱ་མེད།  
ལྷག་པར་རྒྱལ་པོས་སྤྱི་འབངས་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་དགོས་པས་རྟག་དུ་ལུས་སེམས་ངལ་ཞིང་  
དག་འགོག་གཉིན་སྤྱང་གི་འཇིགས་པ་དང་ལྷན་པ་མིང་ལ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་གྲགས་ཀྱང་དོན་ལ་  
སྤྱི་པོ་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་གཡོག་པོར་གྱུར་པས་སྤྱག་བསྐལ་ཆེའོ། །མི་རྟག་གཡོ་བའི་ལོངས་  
སྤྱོད་ལ་སྤིང་པོ་མེད་ཅིང་བསོད་ནམས་ཀྱང་ཉམས་པར་བྱེད་པས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་  
གོགས་བྱེད། མདོར་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་མཐར་རྒྱད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅན་  
ཡིན་པས་མི་ཆེ་འདིར་ཡུན་རིང་ཅམ་ལ་འཕྱོར་བ་རྒྱས་ཀྱང་མཐར་ངེས་པར་ཉམས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་སྤྲས་སོ། །རྒྱན་ནི། ༡ ཡན་ལག་  
གཅིག་གཟུགས། ཡང་ན་གཟུགས་ཅན་དང་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སྤྱེལ་མའོ། ། ༢ ཆོས་  
དཔེ། ༣ ཀྱང་པ་དང་པོའི་བྱེད་སྐྱེམ་གཟུགས་ཅན་དང་བྱི་མ་དང་རྒྱང་པ་གཉིས་པ་ཆོས་  
དཔེ། ཀྱང་པ་ལྷག་མ་གཉིས་སྤྱར་དཔེ། ༤ ཁྱད་འབྱེད་དོན་གཞན་བཀོད་པ། (བཟང་



ངན་སོགས་ཀྱི་བྱད་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟར་འདོགས་འོས་སྟེ།) ༥ རང་བཞིན་  
བསྐྱགས་པའི་ཀྱན། (ས་པའི་གྱི་དགོངས་པ་བཞིན།) ༦ རྒྱུ་ཆེད་ཐོབ་བསྟོད་ཀྱན། (ཐོབ་  
གྱིས་བསྟོད་པ་གང་ཞིག་ལ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་རབ་དུ་བསྐྱགས་པས་སོ། །ནང་དོན་གྱི་ཆ་  
ནས་ཡོན་ཏན་ཐོབ་བསྟོད།) ༧ ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནམ་ངག་དོན་གཟུགས་ཅན་ཞེས་  
འདོགས་འོས། ༨ རང་བཞིན་ལ་སྦྱད་པ་སྟེ་རྒྱུ་ཆ་པ་ཐ་མ་དངོས་དཔེ་ཡང་ངོ་།

དེ་ལྟར་འོས་ཤིང་རིགས་པའི་ཆོག་གིས་བསྟོན་ཀྱང་། དེ་དག་གི་ཆགས་པ་ནི་ཡུན་  
རིང་པོར་གོམས་ཤིང་སྤྱོད་པར་གྱུར་པས་དོ་བའི་ཁམས་ལ་བསྐྱོས་པའི་རིམ་ལྟར་ནི་བར་མ་གྱུར་  
ཏོ། །དེ་ནས་ཕྱི་རྒྱུ་དུས་ཀྱི་ཆུ་ལ་པོའི་ཐོ་བྱང་གི་འཁོར་ན། རྒྱན་གཏོང་གི་ཁང་པ་ཆེན་  
པོར་ལས་སུ་བསྐྱོས་པའི་སྟོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྟེ་པོ་ཐོངས་པའི་ཆོགས་ལ་ནོར་དང་ལོངས་སྟོན་  
ཅི་འདོད་པ་རྒྱན་པས་དབུལ་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཆོག་པར་བྱེད་པའི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཆེན་པོ་  
མཐོང་ངོ་། །དེ་མཐོང་བའི་ཆེ། ལུ་པོ་གསུམ་ནི་ནོར་ལ་དུང་བས་སྦྱང་མོ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བར་  
ཆས་པ་ལ། གཞོན་ནུ་མཉེས་གཤིན་བཟང་པོས་སྦྱས་པ།

འདི་ཅི། རྒྱན་པའི་ཆོས་ལ་བྱེད་ཅག་མི་དག་འན། །ད་ཡང་རྒྱན་བདག་ཡིད་དུ་འོང་འགྱུར་  
རམ། །སྦྱང་བ་འོང་ན་ཁོ་བ་རྒྱས་པ་ནམས། །ཅི་ཕྱིར་གཞན་ལ་སྦྱང་མོ་སྟོན་པར་བྱེད། །ཅེས་སོ། །  
༡ ཆོས་དཔེ། ༡ རྒྱུ་ཆེད་གཟུགས་ཅན། ༢ བྱ་བ་འགལ་བ། དོན་ནི། བྱེད་ཆོ་རྒྱན་པ་གཏོང་  
བར་མི་དག་འན། ད་ཡང་རྒྱན་བདག་ལ་དག་འདོན་ཅི། སྦྱང་དུ་འོང་ན་ཁོ་བ་བྱེད་ཆོས། ད་  
ཅི་ཕྱིར་གཞན་ལ་སྦྱང་བར་བྱེད། ཅེས་སོ།

དེར་ནུ་པོ་གསུམ་ནི་སྟོན་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་དུང་ན་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་  
གྱིས་ངལ་བསོ་ཞིང་འདུག །ལུ་པོ་གསུམ་གྱིས་རྒྱན་གཏོང་གི་ཁང་པ་ག་ལ་བ་དེར་ཕྱིན་ནས་  
རྒྱན་པ་སྦྱངས་པ་དང་། ཏ་ཅང་བཞུགས་ཞིང་ཆོག་མི་ཤེས་པས་མ་རངས་ཏེ། སྟོན་པོ་དག་གི་  
ལོ་བྱད་ཉུང་བ་དང་ཅིག་བྱིན་ཏེ། དེ་རྒྱན་པ་ཆེར་མཐོབ་པས་ཡིད་ཆེས་པར་མ་གྱུར་ཏེ། བང་

༡༽ ཁིང་དམ་པ་ལ་སྤྱིན་པའི་ཚུལ་བཟོད་པ། དེ་ནས་རེ་ཞིག་མེད་པ་དག་པོ་ཡུལ་  
འཁོར་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ག་དང་མཚུངས་པའི་གཉིས་འབྱུང་གི་དབང་པོ་ལ་ཞོན་ཏེ། རྒྱལ་མཚན་དང་  
རྒྱལ་མཚན་པའི་སྤྱོན་པའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་པོ་བྱང་གི་ཕྱིར་བྱུང་ནས། སྤྱིན་གཏོང་གི་  
ཁང་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིན་པ་ལ་འདུག་ཅིང་། བརྒྱ་ཕྱིན་ལྟ་བུའི་མཚོན་སྤྱིན་རབ་རྒྱ་འགྲེང་པས་  
སྤྱོད་བཅམས་ཅད་ཆོམ་པར་བྱེད་དོ། །དེར་པར་སྤྱིན་པ་ལ་མཚན་པའི་མེག་གིས་ཕྱིན་པས་བརྒྱས་  
པ་དང་། ཉེ་འཁོར་གྱི་ཤིང་གི་བ་ན་ག་ཞོན་ལྟ་བུ་གསུམ་ཞིག་པོ་དང་ས་པ་སྤྱིན་པ་སྤྱིན་པ་  
མེད་པར་བརྒྱན་པ་དང་ལྟན་པ་ཞིན་ལྟ་བུ་འདུག་པ་མཚོན་ནས་ཐེ་ཆོམ་དང་རོ་མཚར་དུ་གྱུར་པས་  
པོ་ཉེ་བཟང་ནས་མཐུན་ལྟ་བུ་གྲགས་སྤྱིན་པ་ལ།

༡ དངོས་དཔེ། ༡ དང་ ༡ ཚོས་དཔེ། མི་སྒྲ་པལ་བ་རྒྱལ་པོའི་བརྗིད་ཉམས་  
བཞོད་འབྱ།

རབ་རྒྱལ་པོ་ལྟར་སྤྲོད་པ་མིག་མཐུང་པ་། རྒྱུད་ཅན་སྤྱི་མཐུན་ཅི་ཕྱིར་འདིར་མི་འོང་། །བདག་གི་སྤྱིར་པ་འདུག་པ་པ་མེད་ཀྱང་རྒྱུ་ཏམ། །འེ་པ་མ་རྩོག་སྤྱིད་ལྷན་ཀྱང་རྒྱུ་ཏམ་ཅི། །

དེ་དག་གིས་ཕུག་འཆ་པ་རྟེན་གསལ་པ། རྩ་གཅིག་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིན་པའི་རྩ་ཆེན་དང་། །པམོད་  
 བཅས་དཔལ་གྱིས་མཐོ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་ནི། །སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་ཉི་མ་བཞི་དུ་གྲགས། །དེ་ལ་  
 སུཌིག་ཡ་མཆོན་སྟེས་མ་གྱུར། །<sup>1</sup> འོན་ཀྱང་བདག་ཅག་དབུལ་ཤིངས་མ་ལགས་རྟེ། ཁྱོད་ཀྱི་

དེ་ནི་གྲིས་བདེ་བར་འཕྲོར་ཞིང་མཆིས། །རེ་བ་བཞིན་དུ་སྦྲང་མའི་སྒྲེ་བོ་ལ། །བདོག་ཀྱན་བྱིན་  
ནས་འདི་རྩེར་གནས་པར་གྱུར།<sup>༡</sup> །

༡ ཡོན་ཏན་ཐོལ་བསྟོད། ༡ ག་བྲུགས་དཔེ་སྤེལ་མ་སྟེ། རུན་ག་བྲུགས་དང་ཕྱད་  
བཟོད་ཆོས་དཔེ་ལོ། ༡ རང་བཞིན་བསྟུགས་པ།

དེ་སྐད་ཅེས་ཆད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོག་དང་སྟོད་པ་མཐོང་བས། རྒྱལ་པོ་ཡིད་ཤིན་ཏུ་དགའ་  
ཞིང་དང་བར་གྱུར་རྟེ། རང་གི་བགོ་བར་ཤོས་པའི་རྩལ་ཤིན་གསེར་སྤང་བྱེ་བ་རི་བདག་དང་། རིན་  
པོ་ཆེའི་རྒྱན་རྣམས་བྱིན་ཞིང་། སྤང་བོ་ཆེའི་ཤིང་རྩ་ལ་བཞག་ནས་ཤོ་བྱང་དམ་པའི་ནང་དུ་འཁྲིད་  
དེ་སངས་གོས་བཏེགས་པའི་གསེར་གྱི་བྲི་ཅན་དམར་པོ་ལས་བྱས་པའི་རྒྱང་རྟེན་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་  
ཆོགས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། རྒྱལ་པོའི་བྲིར་ཤོས་པའི་སྤང་དུ་རྩན་ནང་འཆངས་ཅན་ལ་གཞོན་ཏུ་དག་  
འདུག་ཏུ་བཅུག་ནས། རོ་བརྒྱ་རྩན་པའི་བཟའ་བ་དང་བཏུང་བ་བཅུད་དང་རྒྱས་པ་ཕྱན་སྤྲུམ་  
ཆོགས་པ་མང་པོས་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་སོ། །དེ་ནས་མའི་དབང་པོས་དེ་རྣམས་ལ་དང་བའི་བཞིན་  
གྲིས་བརྩས་ཏེ་སྤྲས་པ།

རྒྱལ་པོས་གདན་འདྲན་བྱས་ཚུལ་བཀོད་འབྲི་འདིས་རྒྱལ་པོའི་ལོངས་སྟོད་དང་ལྷག་  
པར་དད་སྟོབས་དགེ་སེམས་ཆེ་བ་མཆོན་ལ། དམ་པའི་སྒྲེ་བོས་ཞིང་དམ་པ་ལ་སྦྱིན་པའི་ཚུལ་  
ཡང་མཆོན་པའོ།

“༥ ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པའི་ཚུལ་བཟོད་པ། རྣལ་བ་བཟང་རྩན་ཆ་རྒྱས་བཞིན་རས་  
ཅན། །ཁྱིད་ཀྱིས་བདག་གི་ཡིད་མཆོད་དངས་པར་གྱུར། །ཀྱན་དགའི་ཀྱ་སྟུང་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་  
སྤང་། །ལེགས་བཤད་བསེལ་ཟེར་ཅི་རྩི་སྟོ་མི་བྱེད། །དམ་པ་རྣམས་དང་འཕྲད་ན་ལེགས་  
བཤད་འཕེལ། །ཡིད་གཙུགས་གྱུར་པས་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་འཕྲོལ། །དེ་སྤང་བདག་ཅག་  
རྣལ་བ་རྩན་བྱའི་ཕྱིར། །ཆོས་ཀྱི་སྤང་བས་སྦྱེ་བྱ་སྤང་བར་མཛོད།<sup>༡</sup> །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། རྣལ་བཟང་བྱིད་ཅག་གིས་བདག་གི་སེམས་དགའ་བར་བྱས།

དངུང་ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་ཐམས་ཅད་དགའ་བར་མཛོད། དམ་པ་དང་མཇལ་ན་ལེགས་  
བཤད་དང་དེ་ལ་མཛོད་བར་གྱུར་ན་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་འཕྲོལ་པས་ངེད་ཅག་སྐལ་བ་དང་ལྷན་  
པར་བྱ་ཕྱིར་ཆོས་གསུངས་ནས་སྒྲི་ཀྱིའི་བླང་དོར་གྱི་ལམ་གསལ་བར་མཛོད་ཅིག །ཅེས་ཆོས་  
གསུང་བར་གསལ་བ་བཏབ་པོ། །ཀྱན་ནི། ༡ ལྷན་གཟུགས་གམ་མཐའ་དག་གཟུགས་  
ཅན་ཏེ། ཀྱང་པ་དང་པོ་ནི་འབྲུ་མང་པོའི་ཆོག་སྤྱད་གྱི་དཔེ་འམ་ལྷོག་གཟུགས་ཞེས་ཀྱང་འདོད་  
དོ། ༢ བེས་བཛོད་གཟུགས་ཀྱན་ཏེ་ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་དང་བཅས་པའི་བེས་བཛོད་ཀྱན་ནོ།

གཞོན་ནུ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་དེ་ཐོས་ནས། གལ་ཏེ་སྤྱན་པའི་གཏམ་བཛོད་པས་  
ཀྱལ་པོ་འདིའི་སེམས་རངས་པར་གྱུར་ན། ཆོས་བརྟན་ནས་དགོ་ལེགས་རབ་ཏུ་འཕེལ་བར་  
བྱའོ་སྤྲོ་མ་ནས། དེའི་བྱ་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱད་ཕྱངས་ཏེ། ལན་གསལ་བ། སེམས་  
ཁམས་ཞིབ་འབྱེ། ༡ དངོས་དཔེ། རངས་པ་ནི་དགའ་བ།

ས་ཆེན་སྤྱིང་བ་ཁྱོད་དྲུང་དུ། །བདག་ལྟས་སྤྱི་བརྟོན་སྤྱི་ཅི་འཆ་ལ། །སྤྱི་པོ་འདི་དག་ཁྱོད་  
ཉིད་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་སྒྲོག་པས་བྲེལ་བར་གནས། །དཔུང་པའི་སྤྱི་བས་ཆེན་ལྷན་ཁྱོད་ཀྱིས། །ས་  
འདི་ཡོངས་སུ་བབྱུང་གུར་པ། །དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས་ཀྱི་མྱང་པོ་ཡིས། །རིན་ཆེན་ཤིང་རྩ་བ་ཞིན་དུ་  
མཛོད། ༡ །རིགས་ཤིང་འོས་པ་གང་གི་བཀའ། །ཞོར་བུས་མཚན་པའི་ཅོད་པན་བཞིན། །སྤྱི་  
པོས་ངེས་པར་མ་བླངས་པའི། །ས་སྤྱིང་དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ཡོད། ༡ །ས་གཞི་དང་ནི་ནམ་མཁའ་ལ། །ཀྱལ་  
པོ་དྲིགས་པ་ཅན་དག་དང་། །ཀྱུ་སྤྱི་ཆོགས་ནམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། །ཁྱོད་དང་ཉི་མ་ནམ་པར་  
མཛོད། ༢ །དེ་ཐོས་མ་རུངས་སྤྱི་པོ་དང་། །འབྲུང་པོའི་བྱ་ནམས་ལྷན་ཅིག་པོས། །སྤྱི་འགྲོ་ཀྱན་གྱི་  
དགོ་ལེགས་དང་། །ཀྱུ་སྤྱི་ས་ཆ་ལ་ནི་མཉམ་དུ་ཀྱུས། །གངས་རི་ནམས་ཀྱིས་ལྷན་པོ་དང་། །ཀྱུ་  
ཀྱང་ནམས་ཀྱིས་ཀྱུ་མཚོ་དང་། །རྫོན་ཤིང་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་འདུ་ལྟར། །ཁྱོད་ལ་འགྲན་པར་  
རྒྱས་པ་སྤྱ། །མཐུ་སྤྱི་བས་དཔུང་ནི་མི་བཟད་པའི། །ཤུགས་ཀྱིས་དུས་མཐའི་རྒྱང་བཞིན་དུ། །བདག་  
ཅག་ཡུད་ཅིག་འཛོམས་སེ་ཞེས། །ཁྱོད་ཀྱི་དག་ནམས་འདར་རམ་སྤྲོ་མ། །བསོད་ནམས་དཔལ་

འཕྲོར་ལེགས་རྒྱས་ཤིང་། །བཀའ་བྲིམས་བཟང་པོའི་གྲགས་པ་ཡིས། །འཛིན་ཏེན་གསུམ་པོ་ཡོངས་  
བཀའ་རྟེ། །ཉེས་པར་སྤྱོད་པའི་གོ་སྐབས་འཕྲོགས། །ཡོན་ཏན་གྱར་གུམ་དོག་པ་དག །སྤྱིན་  
པའི་རྒྱ་ཡིས་རབ་བརྒྱན་ནས། །དགེ་ལེགས་བྱེ་བའི་ཡིག་ཐེང་དག །གྲགས་པའི་ཕིར་གྱིས་འདྲི་  
བར་བྱེད། །ནམ་མཁའ་བས་ཀྱང་ཡངས་པ་དང་། །རྒྱ་གཉེར་བས་ཀྱང་དཔག་པར་དགའ། །རྩོན་  
པོ་བས་ཀྱང་བརྟན་པ་ཁྱོད། །བརྒྱ་བྱིན་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་གྱར་ཅིག་<sup>10</sup> །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། བདག་ལྷ་བྱས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་གསུམ་  
ཀྱིས་སྤྱི་ལ་དགོས་ཏེ། མི་ཆང་མ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲིག་བཞིན་མ་ཁོམ་པར་འདུག ཁྱེད་  
ཀྱི་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་ས་འདི་ཡོངས་སུ་བཟུང་བས་དགེ་ཞིང་། ཡང་དག་པའི་བཀའ་  
ལ་གསུམ་པས་མི་ལེན་པ་སུ་ཡང་མེད། དེགས་ཅན་ས་སྤྱོད་གཞན་དག་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་གཟི་བུ་དང་  
ཀྱིས་ཟིལ་གཞོན་ལ། མ་རུངས་སྟེ་བོ་ནམས་ནི་དེ་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་འབྲོས་ཤིང་ལ་རབས་འབངས་  
ནམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་རབ་ཏུ་འཕེལ། དེ་བས་ཁྱེད་ལ་འགྲན་པར་རྩས་པ་སུ་ཡང་མེད། དག་  
ནམས་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུམ་པར་གྱར་ཅིང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་དང་དཔལ་འཕྲོར།  
རྒྱལ་བྲིམས་བཟང་པོ་བཅས་པའི་མཆོན་སྟན་གྱིས་ཀྱན་ཏུ་བྱུང་བས་ཉེས་པར་སྤྱོད་མཁན་ཡང་  
མེད། ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྤྱིན་པ་བསོད་ནམས་བཅས་པའི་སྟན་གྲགས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པས་  
དནི་བརྒྱ་བྱིན་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་སྒྲོན། ཞེས་སྟན་པར་སྤྲས་ཏེ་ཡིད་དྲངས་པའོ། །དེ་ཡང་  
རྒྱན་ནི། ༡ བདེན་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། ༢ དག་དོན་དཔེ། ༣ དག་དོན་དཔེ་དང་  
ངེས་པ་ལུལ་བྱུང་། ༤ མཚུངས་སྒྱུར་དཔེ། ༥ གཞི་ཐ་དད་པའི་བྱ་བ་དང་ཡོན་ཏན་རྩོན་  
ཅིག་བརྗོད་རྒྱན། ༦ དག་དོན་མང་དཔེ། ༧ དཔེའི་རབ་ཏུ་དག་དོན་དཔེ་དང་སེམས་  
མེད་རབ་ཏུ་གྱུར། ༨ རོ་མཆར་ལུལ་བྱུང་རྒྱན། ༩ འདི་ལྷ་བྱ་ལ་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་པའི་  
གཟུགས་ཅན་ནམ་མཁའ་དག་གཟུགས་ཅན། ལྷན་པའི་གཟུགས་ཅན་བཅས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་  
རྒྱན་ཡིན་ལ། གཞན་ཡང་དག་དོན་གཟུགས་རྒྱན་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །<sup>10</sup> སྤྱར་བའི་དཔེ།

དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་སྣན་པའི་གཏམ་གྱིས་མིའི་བདག་པོ་རབ་ཏུ་མག་པར་གྱུར་པའི་བཞིན་  
འཛུམ་པ་བསྟན་ནས། གཞོན་ཏུ་ལ་མཆོན་ཏེ། གྲེ་གྲེ་གྲོ་པོ་འདི་ལྟར་མཁས་ཤིང་གསལ་  
བའི་སྒོ་གྲོས་ཅན་ཁྱོད། བདག་ལ་འདི་ཅམ་དུ་བསྟུང་པར་གསུང་པས་ཅེ་ཞིག་བགྱི། བདག་གི་  
དགེ་མཚན་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱས་ཟིན་གྱི། ད་ནི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གདམས་ངག་གིས་གཙུག་  
ལག་གཉིས་ཀྱི་ལམ་རབ་ཏུ་སྒྲུང་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་བྱུང་བའི་སྒོ་གྲོས་  
དང་བཅོམ་པར་ཤེས་ནས། གཞོན་ཏུ་ལེ་ཤ་པའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས་སྟུན་གཉིས་ལ་སྦྲས་པ།  
སྐད་ཆ་ཞིབ་འབྲི་སྟེ་བྱལ་པོ་དག་འཁོར་དད་པར་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་མཆོན་ནོ།།

སྟེད་དང་ཐར་པའི་རྒྱང་དོར་གནས། །གཙུག་ལག་གཉིས་ཀྱིས་གསལ་བར་བྱེད། །ཉི་  
མའི་འོད་དང་རྒྱ་འོད་ཀྱིས། །ཉིན་དང་མཚན་མོ་སྒྲུང་བྱེད་བཞིན། །བདེན་པར་སྦྲ་བའི་རིན་  
ཆེན་གྱི། །སྟེས་ནི་བྱལ་ལ་འབྲུལ་བར་གྱིས། །ས་སྦྱོང་ཆོས་ཀྱི་འཕྱོར་ལྡན་ན། །བདག་ཅག་  
འབངས་རྣམས་བདེ་བར་གནས། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། འཛིག་ཉེན་དང་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་བྱའམ་རྒྱང་  
དོར་གྱི་གནས་རྣམས་ནི་འཛིག་ཉེན་ལ་རབས་ཀྱི་ལྷགས་དང་དམ་པའི་ཆོས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་  
བྱེད། བདེན་པ་ཡང་དག་པའི་ལེགས་བཤད་ཁྱོད་ལ་འབྲུལ། བྱལ་པོ་ཆོས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་  
ན་པེད་ཅག་ཆང་མ་བདེ་བར་གནས་ཐུབ། ཅེས་གསུངས་སོ། ། ༡ དག་དོན་དཔེ། ༢ ལྡན་  
གཟུགས་སམ་ངག་དོན་གཟུགས་ཅན། གཙུག་ལག་གཉིས་ནི་ལྷགས་གཉིས་དང་ཆོས་རིག་གཉིས་  
ལའང་། །

དེ་ཐོས་ནས་གཞོན་ཏུ་མཉེས་གཤིན་བཟང་པོས་འཛིག་ཉེན་ལྷགས་ཀྱི་གཙུག་ལག་དང་  
མཐུན་པར་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་གསོལ་པ། ལྷ་གཅིག་པོ་བྱང་འཁོར་རྣམས་དང་། །འཕྱོར་  
པས་ས་སྦྱོང་མཛེས་མིན་ཏེ། །ཆོས་དང་ལྡན་པའི་བཀའ་བྲིམས་ཀྱིས། །ཡུལ་འཁོར་ལེགས་  
སྦྱོང་བྱལ་པོའི་བྱན། །རྒྱབས་བྱེད་བྱུ་བའི་དོ་གལ་གྱིས། །བྱ་མཆོད་ཅན་ཏན་གནས་མ་ལགས། །མཐའ་

ལས་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་དང་། །རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་གུར་པས་བཟིང་།<sup>༩</sup> །སྤྱིན་པས་  
 མོངས་སྤྱོད་ལྡན་པ་དང་། །དུལ་བས་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་། །མངོངས་པར་སྤྱོད་པས་གན་  
 རབས་ཏྟར། །ཆོས་བཞིན་སྤྱོད་པས་མི་དབང་མངོས།<sup>༩</sup> །སྤྱོད་པས་གསལ་བའི་མེ་མོང་ནི། །སྤྱོད་  
 གྱི་གཡའ་དང་རབ་བྲལ་ནས། །ལེགས་ཉེས་སྤྱོད་པའི་བྲང་དོར་གྱི། །གཟུགས་བརྒྱན་ནམ་  
 དཔྱོད་མིག་གིས་མཐོང་། །ལེ་ལོ་བག་མེད་རབ་སྤངས་ཏེ། །ཤེས་བཞིན་སྤྱོད་པས་རྒྱལ་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་། །ལྟ་ནམས་བག་མེད་གུར་པའི་ཆོ། །ཆར་ཆད་ལོ་ཐོག་བསྐྱམ་པར་གུར།<sup>༡༠</sup> །ཁྱོད་ལ་རེ་  
 བའི་སྤྱོད་ཀྱི་དག །བཀའ་དྲིན་བདུད་ཅིས་སྤྱོད་པ་ན། །བྱས་པ་ཤེས་པའི་དཔྱུག་གུ་ཡིས། །གྲགས་  
 པའི་རྩ་ཆེན་རྩུང་བར་བྱེད། །ཕྱག་དོག་ཆེར་མའི་ནགས་ཆལ་དག །ཕྱ་མའི་རྩུང་གིས་ནམ་  
 བྱས་ཏེ། །ཕན་ཚུན་ཚོད་པའི་རྟ་གདོང་འབར། །ཕན་བདེའི་ལོ་ཐོག་སྤྱོད་པ་ནམས།<sup>༡༡</sup> །ཁྱོད་  
 བྱགས་མཁའ་ཏྟར་སྤོངས་པ་ལ། །ནམ་དཔྱོད་ཚུ་འཛིན་རབ་དཀྱིགས་ནས། །ཐབས་ལ་མཁའས་  
 པའི་བཀའ་བྲིམས་གྱི། །བདུད་ཅིའི་ཆར་གྱིས་ཞི་བར་མངོང་།<sup>༡</sup> །མངོང་བའི་ཆོག་ལ་ཡིད་  
 བརྟན་མེད་དམ་ཏུ་ཅང་ཡིད་ཆེས་སྤྱོད་པའང་སྤྱོད། །གཉེན་དང་འབངས་ལ་བརྟེན་པ་མེད་དམ་ཆོད་  
 ལས་བརྒྱལ་བའི་བྱམས་པའང་སྤྱོད། །རིགས་པའི་ལས་ལ་ཚོད་པ་དོར་རམ་མ་བརྟག་འཆོལ་བར་  
 སྤྱོད་པའང་སྤྱོད། །མི་འགྲུབ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དམ་སྤྱོད་པ་བཞིན་མི་བསྐྱབ་དེ་ཡང་སྤྱོད།<sup>༡</sup> །མ་  
 བསམ་ཆོག་དང་མ་བསྐྱམས་སྤྱོད་པ་ཁེངས་དང་གཡོ་སྤྱོད་པའང་སྤྱོད་དུ་གནས། །དེ་ཏྟའི་སྤྱོད་གྱི་  
 དེ་མ་བྲལ་ཞིང་འཛིག་ཉེན་སྤྱོད་ཡང་བསལ་བར་མངོང་། །ཡོན་ཏན་ལྡན་དང་ཕ་མ་དྲིན་ཆེན་  
 གན་རབས་མགོན་ལའང་བཀྱར་བསྟེན་བྱ། །ཡོན་ཏན་མེད་དང་དཔུལ་མོངས་ནད་པ་ཉམ་ཐག་  
 དག་ལའང་བརྟན་པ་སྤངས།<sup>༡༠</sup> །ཡོན་ཏན་འཛིན་པས་ངོམ་པ་མེད་ཅིང་གཙུག་ལག་གཞུང་  
 ལུགས་སྟེལ་ལ་བརྟེན། །ཡོན་ཏན་མཆོག་ལ་འགྲོ་ཀྱན་འགོད་ཅིང་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་ལ་སྤྱོད་པར་  
 སྤྱོད། །དེ་ཏྟར་སྤྱོད་ན་ཁྱོད་དང་འབངས་ནམས་གནོད་པ་ཀྱན་ལས་ནམ་གྲོལ་ཞིང་། །བསོད་  
 ནམས་དཔལ་འཕྱོར་སྤྱོད་པས་བཅུར་རྒྱས་པ་ཇོགས་ལྡན་དུས་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར།<sup>༡༡</sup> །

དོན་ཅི་བཞིན་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་མཛེས་པའི་རྒྱན་ནི་རྒྱ་འཕྲོར་བ་མིན། དམ་པའི་  
 ཆོས་དང་མཐུན་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ཀྱིས་འཁོར་འབངས་ཀྱན་རིས་མེད་ལེགས་པར་སྦྱོང་རྒྱལ་དེ་  
 ཡིན། སྦྱོན་པ་བཏང་བས་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ལོངས་སྦྱོང་ལྡན་པ་དང་། རྒྱལ་བྲིམས་ཀྱིས་ཞི་  
 ཞིང་དུལ་བས་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་འཕྲོལ། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་གཏམ་དང་། ཆོས་བཞིན་  
 སྦྱོང་པའི་མཛད་པས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ལྷག་པར་མཛེས་པར་བྱེད། སྒྲོ་གྲོས་གསལ་བས་ལེགས་ཉེས་  
 སྦྱོང་པའི་སྤང་དོར་མཐོང་། ལེ་ལོ་བག་མེད་རབ་ཏུ་སྤངས་ཏེ་ཤེས་བཞིན་སྦྱོང་པས་རྒྱལ་སྤྱི་  
 སྦྱོང་བར་བྱེད། བྱོང་ལ་རེ་བའི་འབངས་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་བཀའ་བྲིན་ཤེས་ནས་བསྐྱེད་པ་བཟོ་དེ།  
 ཐུག་དོག་དང་ཕྱ་མས་ཕན་ཚུན་ཚུད་པས་རང་གཞན་གྱི་འདི་ཕྱིའི་ཕན་བདེ་བ་རྒྱུག་པར་བྱེད་པ་  
 ཀྱན་ཀྱང་བྱོང་ཐུགས་ཀྱན་ལ་སྦྱོམས་ཤིང་ནམ་དུས་དྲན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་བཀའ་བྲིམས་  
 ཀྱིས་ཞི་བར་མཛོད། སྒོགས་མཛའ་བའི་ཆོག་ལ་ཡིད་རྟོན་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་ཏ་ཅང་ཡིད་  
 ཆེས་སྒྲ་བ་གཉིས་ཀ་སྦྱོན་ཡིན་ལ། གཉིན་དང་འབངས་ལ་བརྟེ་བ་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་ཆོད་  
 ལས་བརྒྱལ་བའི་བྱམས་པའང་སྦྱོན་ཡིན། འོས་པའི་ལས་ལ་ཚུན་པ་དོར་བ་དང་། ཡང་ན་མ་  
 བརྒྱལ་འཆོལ་བར་སྦྱོང་པའང་སྦྱོན་ཡིན། མི་འགྲུབ་པའི་དོན་སྒྲ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་  
 སྒྲས་བཞིན་མི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཡང་སྦྱོན། མ་བསམ་པར་ཐལ་བའི་ཆོག་དང་མ་བསྐྱེད་སྦྱོང་པ་  
 བཅས་དང་གཡོ་སྦྱུང་སྦྱོན་དུ་གནས། །དེ་ལྟའི་རང་ལ་འབྱུང་ཉིའི་སྦྱོན་གྱི་ཆ་ནམས་དང་དེ་  
 བཞིན་འཛིག་རྟེན་སྦྱོང་པ་ནམས་ཀྱི་སྦྱོན་ཡང་བསལ་བར་མཛོད། ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་དང་། ས་  
 མ་བྲིན་ཆེན། ཅན་རབས་པ། མཐོན་པོ་ལའང་བཀུར་སྟེ་བྱ། ཡོན་ཏན་མེད་དང་། དབུལ་  
 སྤངས། ཅད་པ་ཉམ་ཐག་དང་། ཐ་ན་དགྲ་ལའང་བརྩས་པ་སྤངས། རང་གིས་ཡོན་ཏན་  
 སྦྱོང་པས་མི་ངོམ་པ་དང་གཞན་དག་ལ་ཡང་གཙུག་ལག་གཞུང་ལུགས་སྤེལ་པ་ལ་བརྩོན་དགོས།  
 དེ་ལོ་བའི་ཡོན་ཏན་མཆོག་ལ་འགྲོ་ཀྱན་འགོད་ཅིང་ཞི་ཞིང་དུལ་ལ་སྦྱན་པར་སྦྱོང་བར་གྱིས། དེ་  
 ལྟར་སྦྱོང་ན་བྱོང་དང་འབངས་ནམས་གནོད་པ་ཀྱན་ལས་ནམ་པར་གྲོལ་ཞིང་། བསོད་ནམས་



དང་དཔལ་འབྱོར་ཕྱོགས་བརྩམ་རྒྱལ་པ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ།  
 རྒྱན་ནི། ༡ ༡ ཆོགས་བཅད་འདི་གཉིས་ནི་ཁྲ་མ་དོན་དང་ཕྱི་མ་དཔེ་སྟེ་ངག་དོན་ཟླ་པོ་དངོས་  
 དཔེའོ། ༡ ངག་དོན་མང་དཔེ། ༢ རྩན་གཟུགས། ༣ རྩོག་ཕྱོགས་དཔེ། རྒྱ་གང་ཞིག་མ་  
 བསྐྱབས་ན་འབྲས་བུ་ཅི་ཞིག་ཡོང་བ་མཆོན་པའི་དཔེ། ༤ ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན། ༥ རྩན་  
 གཟུགས་སམ་ངག་དོན་གཟུགས་ཅན། ༦ ཆོས་དཔེ་དང་རྩན་གཟུགས། ༧ ཐེ་ཆོམ་འགལ་  
 རྒྱན། ༡༠ ༡༡ ཆོགས་བཅད་འདི་གཉིས་བྱ་བར་བསྐྱལ་བའི་རང་བཞིན་བཟོད་རྒྱན། ཀླང་  
 པ་ཐ་མ་ནི་ཆོས་དཔེ།

དེའི་རྗེས་སུ་གཞོན་ནུ་དགེ་བ་ཅན་གྱིས་རྒྱལ་པོའི་རིགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཙུག་  
 ལག་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་གསོལ་བ། རྒྱལ་སྤྱི་ཁང་བཟང་འདི་ལ་ནི། །ལེགས་ཉེས་སྦྱོད་  
 པའི་ཐེམ་སྐྱས་ལས། །ཐར་པའི་ཁྲོང་དུ་འཛེགས་པ་དང་། །ངན་འགྲོའི་དོང་དུ་འབབ་པའང་  
 ཡོད། །གཡོ་ཞིང་མི་རྟག་ཡོངས་སྦྱོད་ཀྱིས། །སྤོན་གྱི་ལེགས་བྱས་ཟད་ཀྱུར་ཅིང་། །གྲགས་  
 དང་སྤྱི་ཕྱིར་མི་བཟད་པའི། །སྤྱིག་པ་བསགས་ཏེ་དཔྱལ་བར་སྤྱངས། །ཆོས་ཕྱིར་འབྱོར་  
 པ་ཡོངས་བཏང་ཞིང་། །འདོད་སྤྱིད་ངན་གཡོ་ཡོངས་སྤངས་ནས། །རྒྱབས་ཆེན་དགེ་བ་རབ་  
 སྦྱོད་པས། །བསོད་ནམས་ཕྱུར་རྩོགས་མཐོ་རིས་འགྲོ། །དེས་ན་སྤྱིག་པ་ཤིན་ཏུ་སྤངས། །བརྟན་  
 དང་འགྲོ་བའི་ཡན་བདེ་སྟེལ། །འདི་དང་ཕྱི་མའི་དོན་འགྲུབ་ཅིང་། །སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་དཔལ་  
 ཐོབ་འགྱུར། །རྟག་ཏུ་དད་པས་དཀོན་མཆོག་མཆོད་ཅིང་སྤྱིན་པས་དཔྱལ་ཡོངས་ཆོས་པར་བྱ། །འབངས་  
 རྣམས་དགེ་བ་བྱུང་བ་ལ་འགོད་ཅིང་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེས་གཞན་ཡན་སྐྱབ། །སྤྱིག་དང་གཡོ་སྐྱུ་  
 ངན་སྦྱོད་སྤང་ཞིང་ཁྲོད་དང་རྒྱལ་ཞི་བར་གནས། །དེ་ལྟར་སྤྱིད་ན་རྒྱལ་སྤྱིད་བདེ་ཞིང་མཐོ་  
 རིས་དཔལ་དང་བདེ་བ་འགྲུབ། །ཡང་ན་བསྐྱུ་ཞིང་མི་རྟག་པའི། །རྒྱལ་སྤྱིད་སྤྱིང་པོ་མེད་  
 འདིས་ཅི། །ནགས་སུ་གཅིག་ཕྱར་གནས་ནས་ཀྱང་། །ཅེ་གཅིག་ཕྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པར་རིགས། །  
 དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། རྒྱལ་པོའི་སྤྱིད་འདི་སྦྱོང་ཤེས་ན་ཐར་པའི་ལམ་སྐྱ་ཟེན་བྱེད་ཡིན་

ལ། ཡང་སྒྲིང་མ་ཤེས་ངན་འགྲོར་སྒྱུར་བྱེད་ཀྱང་ཡིན། དེ་ཡང་མི་ཉག་གཡོ་བའི་ལོངས་སྒྲིང་  
ལ་ཆགས་ནས་ཚུལ་མིན་སྒྲིང་ན་བསོད་ནམས་ཟད་པ་དང་། རང་གི་སྒྲིན་གྲགས་དང་དབང་  
ཐང་གི་ཆེད་དུ་སྒྲིག་པ་ཆབས་ཆེན་དག་བསགས་ཏེ་དབྱལ་བར་སྒྲེ་བ་དང་། ཡང་། ལོངས་  
སྒྲིང་དག་ལ་འདོད་སྟེད་དང་ངན་གཡོ་བཅས་སྤངས་ཏེ་སྒྲིན་པ་སྒྲིགས་དགེ་བ་རྒྱབས་པའི་ཐབས་  
སྤྱ་སྒྲུན་ན། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུར་དུ་རྒྱུགས་ནས་བདེ་འགྲོར་སྒྲེ། དེ་བས་སྒྲིག་པའི་  
ལས་ཀྱན་སྤངས་ནས་བསྒྲན་པ་དང་འགྲོ་བའི་ཕན་བདེ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲེལ་ན་ཆེ་འདི་དང་བྱི་མའི་དོན་  
གཉིས་བདེ་ཐྱག་འགྲུབ་པ་མ་ཟད། མཐར་འཆང་རྒྱ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲིག་མ་ནམས་  
གོ་བདེ་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་པའི་ཚུལ་ལོ། རྒྱན་ནི། ༡ འགལ་གཟུགས་སམ་(གཞི་གཅིག་  
གི་ལས་འགལ་བས་ན་) འག་དོན་གཟུགས་ཅན་ཡང་རོ་། ༢ ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བརྗོད་  
པའི་གསལ་བྱེད་རྒྱན། (རིགས་ཐོག་གསལ་) ༣ ༤ ༥ ཆོགས་བཅད་འདི་གསུམ་ལ་བྱ་བའི་  
ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བརྗོད་པའམ་འབྲས་འབྱུང་རྒྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། (རྒྱ་གང་དག་སྤངས་པའམ་  
བསྒྲུབས་ན་འབྲས་བྱ་གང་ཞིག་སྒྲིན་པར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། ཡིན་ཡང་རྒྱ་རྒྱན་ཡིན་  
ན་འཁྲིག་པོར་བརྗོད་ཆོག་པས་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་མི་འདྲ་བའི་སྐབས་ཡོད། ༦ འཁོག་  
རྒྱན། (སྒྲིན་གྱིས་འཁོག་པ།)

དེ་ལྟར་ཕན་པ་དང་གྲོལ་བའི་ཆོག་དེ་དག་ཐོས་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཡིད་དགའ་བ་དང་རོ་  
མཆར་བ་འགྲན་པ་ལྟར་བཞིན་རྒྱས་པར་གྱུར་ནས་འདྲམ་དམུལ་ཏེ་སྒྲིས་པ། རྒྱལ་བའི་ཆོག་  
ནི་ཆོས་ཀྱི་གནད་ལྷག་པོར་སྒྲིས་པའི་གཏམ། བཞིན་རྒྱས་པ་ནི་བཞིན་རས་ལ་གཟི་མདངས་  
དང་དགའ་བ་རྒྱས་པའོ།

གྲོགས་པོ་དག་གི་བདེན་པའི་ཆོག་ །བདག་གི་ཡིད་མཆོད་ངས་པར་ནི། །ངང་མོ་བཞིན་  
དུ་འདུག་པ་དང་། །རྒྱ་ཁྱུང་བཞིན་དུ་འབབ་པར་གྱུར། །བདད་ཅིའི་ཟས་ལ་སྤྲི་སྟེ། །ལེགས་  
པར་བཤད་པ་སྤྲི་ལེན། །ཁོར་གྱི་སྒྲིས་ནི་རབ་མང་ཡང་། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲིས་དང་འཕྲད་པ་དོ། །ཤུལ་

ལག་ཡོད་དུ་བདག་གི་སྲིད། །ཁྱིད་དང་རྩོན་ཅིག་སྤྱད་པར་བགྱི། །ཀུན་དགའ་གཏམ་གྱིས་བྱི་  
ནས་ཀྱང་། །བདག་ཅག་སྐལ་བ་ཤོག་ས་པར་མཛོད། །ཅེས་སོ།།

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། བློགས་པོ་རྣམ་པའི་བདེན་པའི་ཆོག་དེ་དག་གིས་བདག་ཡིད་  
རབ་དུ་དགའ་བར་གྱུར། ལེགས་བཤད་སྤྱད་ཀྱང་ལེན་ལ། ཆོས་གསུངས་པ་དང་མཇུག་  
བར་དགའ་བས། བདག་གི་བྱལ་སྲིད་འདི་ཡོན་དུ་ཕུལ་ནས་ང་ཆོ་རྩོན་ཅིག་བྱལ་སྲིད་སྦྱོང་  
བར་བྱ། ཀུན་དགའི་ལེགས་བཤད་ཆོགས་ཀྱི་སྐལ་བ་བཟང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྦྱོན། ཞེས་  
སོ།། རྒྱན་ནི། ༡ གཟུགས་དཔེ་སྟེལ་མ། ༢ དགའ་བྱན། ༣ བྱ་བར་བསྐུལ་བའི་ཤིས་  
བཛོད་བྱན།

༤༥ མི་འཇིགས་པའི་སྦྱིན་པའི་ཚུལ་བཛོད་པ། སྐབས་དེར་གཞོན་ནུ་མཉེས་གཤིན་  
བཟང་པོ་སྤྱན་ལ་བཅེ་བས་བྱི་རོལ་དུ་བྱང་སྟེ། ཕུ་པོ་དག་གར་སོང་ཞེས་དྲིས་པ་ན། དེ་རྩེར་  
ཉམས་ཉེས་པར་གྱུར་པ་མཐོང་ནས་ཡིད་མི་དགའ་བཞིན་དུ་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ། བཞིན་འདྲུམ་  
པ་དང་བྲལ་བས་རྩོན་ལ་འདུག་པ་དང་། བྱལ་པོས་དེ་ལ་དྲིས་པ། འདི་ཅི་དགའ་བར་བྱེད་  
པའི་གནས་སྐབས་སུ། དེ་དེ་རྩེར་ཡིད་མི་བདེ་ཞིང་འདུག །དེས་ཇི་རྩེར་གྱུར་པ་ཞིབ་དུ་གསོལ་  
བ་དང་། བྱལ་པོས་གཞོན་ནུ་ལེགས་པའི་སྦྱོ་གྲོས་ལ་མཆོན་ཏེ་གྲོགས་པོ་དམ་པ་ཡོན་ཏན་མཆོག་  
ཏུ་གྱུར་པ་བྱེད་ཅག་ལའང་དེ་རྩེ་བུའི་ངང་ཚུལ་ངན་པ་ཅན་གྱི་སྤྱན་རྒྱ་ཡོད་དམ། དེས་གསོལ་  
པ། རྩེ་དེ་རྩེ་བུ་ཤིན་ཏུ་འང་མཆིས་པ་ལགས་སོ།། སྦྱོ་ཞིང་བཅེ་བའི་སེམས་ཁམས་མཆོན་  
པའི་གཏམ་སྟེང་།

འདོད་ལ་སྟེད་ཅིང་མི་སྤྱན་རྫོགས་ཆོངས། །ངན་སྦྱོད་བརྒྱ་རྩེན་ཕུ་པོ་གསུམ་ཞིག་  
མཆིས། །བདག་གིས་འབད་བརྒྱས་འཆོས་པར་མ་རུས་ཏེ། །བྱར་ལ་བབས་པའི་རྒྱ་རྩེན་དག་  
པོ་བཞིན། །འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཉེས་པས་བཅོམ་རྣམས་ལ། །བཟོད་ན་ལེགས་ཀྱི་ནན་ཏུར་  
ཅི་ཞིག་འཆ་ལ། ཁྱིད་ཀྱི་གྲགས་དང་བསོད་ནམས་སྟེལ་བའི་སྦྱང་། །ཉེས་བྱས་ཆོགས་རྣམས་

བཅེངས་ལས་གྲོལ་བར་མངོད། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་སྟེ་ཆེ་ཞིང་རྒྱ་རྩལ་པ། གཏུམ་པོ།  
 རྒྱན་ཆོངས་པ། སྦྱོད་ལམ་ངན་དགྲ་ཆང་བའི་གཅན་པོ་གསུམ་ཡོད། ངས་ཇི་ལྟར་ཐབས་ཤེས་  
 མང་པོས་འདུལ་བར་འབད་ན་ཡང་སེམས་མ་རུངས་པ་དེ་བཅོས་མ་བྱུ། ཡིན་ན་ཡང་། རང་  
 གི་ཉེས་སྦྱོན་གྱིས་རང་ཉིད་བཅོམ་པའི་སྟེང་ཇི་ཡུལ་གྱུར་སྦྱེ་བོ་ནམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་ལ་བཟོད་  
 པ་སྦྱོམ་ན་བཟང་བ་ལས། འག་པོས་ཉེས་ཆད་སོགས་བཏང་བས་ཀྱང་ཕན་པ་གང་ཡང་མེད།  
 དེ་བས་རྒྱལ་པོ་བྱིས་སྟེང་ཇིས་བཟོད་པ་བསྦྱོམས་ཏེ་རང་གི་མཆོན་སྟན་པར་གྲགས་པ་དང་  
 བསོད་ནམས་ཆེས་ཆེར་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཉེས་པར་སྦྱོད་པའི་བཅོན་པ་ཆང་མ་བཅོན་གྲོལ་གནང་  
 བར་མངོད་ཅིག་རྒྱན་ནི། ༡༥ རང་བཞིན་སྦྱོད་པའི་དངོས་དཔེ་སྟེ། རྒྱལ་རྒྱ་དག་པོ་རི་འོས་  
 ནས་མར་ལ་འབབ་པ་ནི་ཕྱིར་རྒྱལ་དུ་མེད་པའམ་དཀའ་བ་ཇི་བཞིན་གཤེས་ངན་བཅོས་སུ་མེད་  
 པའམ་དཀའ་བ་བརྟན་ནོ། ༡༦ ངང་ཚུལ་དང་བྱ་བའི་རང་བཞིན་བཟོད་རྒྱུ། ནན་ཏུར་  
 ནི་དག་པོ་དང་བྲིམས་ཆད།

རྒྱལ་པོས་སྦྱས་པ། །སྟེས་བྱ་དམ་པ་གང་གི་གྲིབ་མའང་འགོང་བ་མི་རིགས་པ་ཁྱེད་ཅག་  
 གི་སྤྱན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་གནོད་པར་བགྱི། འདི་ཉིད་དུ་བཅོན་དུ་བཟུང་བ་ཐམས་  
 ཅད་དང་བཅས་པ་བཏང་བར་བགྱིདོ། ཆེས་ཆེར་དད་ཅིང་བཀྱར་བའི་འདུ་ཤེས་མཆོན་པའི་  
 རུང་བཟོད། ༡ འགོང་བའམ་འགོངས་པ་ནི་བཀལ་དང་། འགྲན་པ་དང་། མི་རིགས་པ་ནི་  
 མི་འོས་པ་སྟེ། སྤྱི་གྲིབ་མའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འགྲོ་མི་རུང་ཞེས་པའི་དོན།

དེན་ས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་དུ་རྒྱོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་བཅོན་དུ་དག་ཏུ་མེད་ཤིགས་པའི་སྦྱ་བསྒྲགས་  
 ཏེ་བཅོན་པ་བརྒྱ་ཡུག་མང་པོ་བཅེངས་པ་ལས་གྲོལ་ནས། །དག་འབད་ཤིག་ཏུ་མི་སྦྱས་ས་གཞི་གང་བར་  
 བྱས་ལ། །ཕྱོད་གསུམ་པོ་ཡང་མེད་པའི་ནང་དུ་པོས་ཏེ། །གཞོན་ནུ་འདོད་ལྡེད་བྱའི་རྒྱལ་པོའི་འོས་  
 མོ་མཁན་ཁྱེད་དུ་བཅུག་ དག་པོ་ནི་ཆབ་སྒྲོལ་ལ་བརྟོན། རྒྱན་པ་ཅན་ཡང་སྟེད་ཆལ་བསྐྱེད་དུ་བཅུག་

གོ་ཤད་གཉིད་ཆེན་པོ་<sup>੧</sup> དེ་དག་རྒྱལ་པོའི་པགས་ཅིན་ཞག་དུ་མར་དེ་ཅིད་དུ་འདུག་སྟེ་ཕྱགས་ཀྱི་བརྟན་  
བཅོས་<sup>੨</sup> དང་། ཤད་གཉིད་འཇུག་གི་བརྟན་བཅོས་ལྟར་<sup>੩</sup> ལ་སྟོགས་པ་བརྟན་ཅིང་ཡན་ལག་བརྟན་པའི་  
གསེར་རྒྱུད་<sup>੪</sup> ལ་འདེམས་པ་ཤོད་དེ། རྒྱལ་པོའི་པོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་པར་བྱས་ནས་མཆོད་  
པ་དང་ཡུར་སྤྱི་ཆེར་བྱས་ཏེ། ཤེད་ཅན་ཀྱི་དེ་དག་རང་གི་གནས་སྤྱོད་པོར་ངོ་།

༡ གཏམ་གྱིས་ཁྱབ་པའི་དོན་ཏེ་ཏིང་འཛིན་ཡོན་ཏན། ༢ སྒྲིམ་བུ་ ༣ སྒྲིམ་བུ་  
དམ་པ། ༤ རྒྱལ་སྤྱི་ཆོས་བཞིན་སྒྲིབ་སྤངས་ཀྱི་གཞུང་ཕྱགས། ༥ གསང་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུད་  
དང་། གཏན་ཆོགས། རིག་བྱེད། སྐར་མའི་རིག་པ་སྟོགས་རིག་པའི་གནས་བཅོས་བརྟན་  
ཡིན་ནམ་སྟམ། ༦ དགེ་བ་གསེའི་ཞིང་སྤྱི་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིམ་བྱིས་སྤྱོད་པའི་ཆོག་ཞིག་སྟེ།  
སྐབས་འདིར་ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་གི་ཉིན་གཅིག་རིང་ལ་སྟོག་གཅོད་དང་། རྒྱ་ལོག་གཡེམ།  
རྩན། ཆང་། དགོང་ཟས། རྒྱ་གར་སྟོགས་དང་། མལ་སྟན་མཐོ་བ་བཅས་སྤྱོད་པའི་བསྟེན་  
གནས་ཡན་ལག་བརྟན་པའོ། །

སྤྱིང་སྒྲོབས་ཅ་བ་བརྟན་ཅིང་གཏོང་པོར་ཡལ་ག་རབ་རྒྱས་ཆོག་ཤེས་པ་དང་ཕྱེད་མཛེས། སྒྲོ་  
སྒྲོས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྟར་བདེ་ལྷོ་བ་བསྐལ་ཡངས་པས་ཉོན་མོངས་གདུང་བ་སྒྲིབ། ཤེད་གསེར་ཕྱས་པ་བྱས་  
བྱར་བ་སྤྱིན་ཅི་འདོད་རིན་ཆེན་སྤྱིན་པས་སྤྱོད་ཀྱི་པོར་སྤངས་པ་སྟེ། རྒྱལ་བཟང་སྤྱི་ཆེན་དཔལ་གྱུར་སྤྱིན་  
པའི་དཔལ་པས་མ་ཤིང་དེ་ཡོམ་བརྟགས་པར་ཡོས། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། སྤྱིང་སྒྲོབས་ཆེ་ཞིང་གཏོང་པོར་པོར་པ། ཆོག་ཤེས་པ། སྒྲོ་སྒྲོས་  
དང་ལྟན་པ། ཡན་བདེ་དགོངས་པས་ཉོན་མོངས་སྟེ་པ། བསྐལ་ནམས་སྒྲོབས་དང་ལྟན་པའི་  
སྤྱིན་པ་ཆེན་པོས་ཀུན་གྱི་དཔལ་པོར་སྟེ་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཅན་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་  
ཆེའོ། ཞེས་པ་སྟེ་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ།

དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་འདིར་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་བཟང་ཤི་ཤིན་ཏུ་འཇུགས་སྤྱོད་པ་དང་། འདོད་  
པ་ནི་འགྲོ་བ་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་རྒྱུད་པའི་རང་བཞིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཆོག་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་

ལ་བསྐྱུགས་པ་དང་། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ན་མས་ནི་ཟང་ཟེང་དང་ཚོས་དང་མི་འཛིགས་པའི་  
སྦྱིན་པས་འགྲོ་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཉིས་  
པའོ།། རབ་བྱེད་གཉིས་པའི་བརྗོད་གཞི་མདོར་བསྟན་པའོ།། །

ཉ་མོ་སྦྱབས་ནི་ད་ལྟ་ས་རྒྱ་པོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་དཔོན་དང་མདོ་སྐད་སྦྱི་འབྲུས་རེད།

༡༡། སྤྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོའི་ཐ་སྟད་ལས་འཕྲོས་པའི་དབྱུང་ཡིག་  
“ཡེ་ལོ་”མངོན་པར་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

ཨ་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

ནམོམ་རྒྱ་མཚོ་ཡ། མི་ཤེས་ཚེངས་པའི་བཙན་དྲག་ཤིང་། །

གཙོད་མཛད་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་འཆང་།།

ཐོ་གྲོས་བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་བཙུད། །

སྦྱུལ་མཛད་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་འདུད།།

།ང་དག་འཇིག་རྟེན་དངོས་དངོས་མིན། །ཡང་དག་ཐ་སྟད་ལས་མཆོག་ནས།།

།སལ་མཛད་བདེ་དོན་མཁས་པའི་ཡུད། །སྤར་བྱོན་ལོ་པའ་ཆོག་ས་ནམས་བྱལ། །ཞེས་

འི་མཆོད་ཆོག་ཐུང་དུས་མདུན་བསུས་ཏེ། སྐབས་སུ་སྤྱིང་བར་བྱ་བ་ནི་ཡེ་ཤུའི་སྟོན་པ་མ་ཤི་

འི་འབྲངས་ལོའི་(འབྲངས་ནས་དུས་ཇི་ཙམ་འགྲོ་བཞིན་པའི་ངོ་ཐོག་ལོ་)ཐ་སྟད་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་སྐད་

སྤྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོར་འབོད་བཞིན་པའི་ལོ་མིང་མི་གཅིག་པའི་བྱང་ཚུལ་བདེ་དོན་ལ་ཅུང་ཟད་

དཔྱད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡེ་ལྷོན་འབྲངས་སྐར་གྱི་འདས་ལོའི་དོན་དང་བྱུང་ཚུལ་མངོན་པར་གསལ་  
བའི་ལོ་མིང་“ཡེ་ལོ་”ཞེས་པ་འདི་ཉིད་གསལ་བར་བཟོད་པར་འདོད་དོ། །

དེ་ཡང་དེང་གི་དུས་སུ་ཕྱི་ནང་མི་རིགས་པལ་མོ་ཆེས་ལོ་དུས་ཀྱི་འདས་ལུས་བརྩི་གཞིར་  
སྦྱང་བཞིན་པའི་ཡེ་ལྷོན་པའི་འབྲངས་ལོ་འདི་བཞིན་རང་ཅག་བོད་ཡུལ་དུ་དར་འགོ་ཚུགས་  
པ་ནས་བཟུང་། ལོ་ཅིས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ལ་ཕྱི་རབས་བོད་མཁས་ཀླུ་མས་ཀྱིས་དབྱིན་ལོ་དང་།  
སྤྱི་ལོ། ཕྱི་ལོ་ཞེས་པའི་སྐྱབ་བཤད་མི་གཅིག་པ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟངས་ལ་དེ་མཁས་རིམ་པར་རང་  
རེའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་དར་བྱུང་བྱུང་ཡོད།

གོང་གསལ་བོད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་དུ་སྤྱུལ་བའི་ལོ་མིང་གསུམ་ལས་ཕྱི་མ་སྤྱི་ལོ་དང་ཕྱི་ལོ་ཞེས་  
པའི་ཐ་སྟངས་གཉིས་པོ་བོད་མིའི་འཆོ་ཐབས་དངོས་ནང་སྦྱང་ཡུན་རིང་གོས་དང་བྱུང་ཆེ་གོས་སུ་  
གྱུར་ཡོད་སྟབས། དེང་དུས་ཀྱི་བོད་མི་པལ་མོ་ཆེས་ལོ་མིང་འདི་གཉིས་གང་རུང་མ་གོ་མ་ཐོས་  
པ་མེད། འོན་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཞིབ་དུ་དྲིས་ན་མང་ཞིག་གིས་ལོ་ཅིས་འདི་བཞིན་དུས་ཚོད་འདས་  
ལུས་ཀྱི་བརྩི་གཞི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆོར་སྤང་ཅམ་ལས་དེ་ལྟའི་ཐ་སྟངས་མི་གཅིག་པ་མོ་མོའི་བྱུང་  
ཚུལ་དང་གོ་དོན། བརྩི་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་ཐད་མཁྱེན་རྟོགས་ཐུབ་མཁན་ཉུང་ལ། སྐབས་སུ་སྤང་  
གཞིར་གྱུར་པའི་ཡེ་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་གོ་སྦྱང་མཁན་ནི་ཤིན་ཏུ་ནུས་དཀོན།

ཡེ་ལྷོན་འབྲངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་ལ་དབྱིན་ལོ་ཡུད་སྤྱི་ལོ་དང་ཕྱི་ལོ་ཞེས་པའི་གྲགས་ཆའི་  
ལོ་མིང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་ཐོག་མར་བཅད་སྦྱང་གཏོང་སྐབས། ཕྱི་ལོ་གོ་མས་  
འདྲིས་ཅན་ལ་སྤྱི་ལོ་མི་བདེ་བ་དང་(དཔེར་ན་བཅན་གྱི་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་  
གཞོན་སྤྱོད་པལ་ཆེ་) ཕྱི་ལོ་གོ་མས་འདྲིས་ཅན་ལ་ཕྱི་ལོ་མི་བདེ་བ་(དཔེར་ན་བོད་གཞིས་སུ་འཆར་ལོངས་  
བྱུང་བ་ནམས་) གཉིས་ཀ་གོ་ཐོས་ཅན་ལ་གཉིས་ཀ་མི་བདེ་(དཔེར་ན། ཕྱིས་བོད་ནས་ཁྱ་གར་དུ་འབྱོར་  
བ་པ་ལ་དང་། སྐབས་སུ་ཁོ་བོར་མཚོན་ན། སྐར་བོད་དུ་སྤྱི་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ལ་འདྲིས་ཆེས་པ་དང་། ཕྱིས་  
ཁྱ་གར་དུ། ཕྱི་ལོ་སྦྱང་པ་མང་བ་མཐོང་ཐོས་སུ་གྱུར་བས། སྐར་ཐ་སྟངས་དེའི་བྱུང་ཚུལ་དངོས་དང་དོན་ལ་དཔྱད་



ཆོ་གཉིས་ཀ་མི་བདེ་བས། དེའི་ཕྱིར་སྐབས་སུ་སྐྱེད་གཞིར་འགྱུར་པའི་ཐ་སྙད་ ཡེ་ལོ་ ཞེས་པ་སྦྱོང་བདེ་བྱི་  
མེད་ཅིས་རིག་པའི་ལོ་ཅིས་ཀྱི་ཁྲུངས་སྟོན་པའི་ཐ་སྙད་འབྲུལ་བྲལ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་གྱིས་ཤེད་སྦྱོང་བཞིན་པ་ལྟ་  
བུལ།) པའི་སྒོ་དོགས་ཀྱི་དྲི་ངན་ཞིག་ཤུགས་ཀྱིས་འབྲུང་བཞིན་ཡོད་མོད། སལ་མོ་ཆེས་དེ་ཉིད་  
མང་མོས་བརྟུང་བདེ་སྦྱོང་གོ་མས་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་བཞིན་འདུག་པ་དེས་ན་མཁྱེན་དཔྱད་  
ཙན་ལ་དཔྱད་གཞི་དང་ཕྱི་རབས་སྒོ་གསར་ཆོགས་ཀྱན་གོ་སྦྱོང་འཇུག་བདེ་ཡོང་ཕྱིར་སྐབས་  
དོན་སྐྱེད་གཞི་དངོས་ལ་འཇུག་ན།

དང་པོ། ཡེ་སྟོན་འབྲུངས་ལོའི་བཅི་སྟོལ་གྱི་ཐོག་མའི་བྱུང་རིམ་བཤད་པ། གཉིས་  
པ། བྱུང་ཚུལ་སྤྱི་ལོ་རིམ་པ་ལ་སྟོས་པའི་ཐ་སྙད་མོ་མོའི་གོ་དོན་བྱུང་ཚུལ་ལ་དཔྱད་པ། གསུམ་  
པ། ཅིས་རིག་པའི་ཐ་སྙད་གདགས་ཚུལ་དང་སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་བཞེད་དགོངས་ལ་དཔྱད་  
དེ་ཡེ་ལོ་རྣམ་པར་གཞག་པ། བཞི་པ། དཔྱད་ཡིག་འདི་གཉིས་འབྲེ་བའི་དམིགས་ཡུལ་རེ་  
འཕོད་དང་བཅས་སྐྱེད་བས་མཇུག་བསྟུ་བའོ།

དང་པོ། ཡེ་སྟོན་འབྲུངས་ལོའི་བཅི་སྟོལ་གྱི་ཐོག་མའི་བྱུང་རིམ།

ཡེ་སྟོན་འབྲུངས་ལོའི་བཅི་ཚུལ་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་ཨི་ཅི་རལ་གྱི་ཡུལ་ཡ་དུ་དེའི་གྲོང་  
ཁྱེར་ཤོད་ལེ་དེམས་སུ་འབྲུངས་པའི་ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་མ་གེ་  
ཀའི་རྗེས་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྟོན་པའི་འབྲུངས་སྐར་ལ་བྲན་གསོ་དང་དད་གུས་ཞུ་སྟེར་  
ཅིས་འགོ་བཟུང་བཞིག་ཡིན་པས། རང་ལུགས་འབྲུང་ཅིས་རིག་པའི་ཅིས་འགོ་ལྟར་ན་འདི་  
ནི་བརྒྱད་ཅུ་སྟོར་བརྒྱད་པའི་སྐྱེད་གཉིས་པ་ཙམ་གྱི་ནང་དར་བཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་། ཡེ་ཤུའི་  
སྟོན་པ་མ་གེ་ཀ་འདི་ཉིད་རང་ཅག་དུས་འཁོར་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་སྟེལ་ཤོད་ཟླ་ ༡༡ པའི་ཆོས་  
༡༩ རེས་གཟའ་ཉི་མ་དེ་ནས་ཞག་བདུན་གཅིག་འདས་པའི་རེས་གཟའ་ཉི་མ་དེ་སྐྱེད་ནས་ཆོས་  
གཅིག་ཅིས་པའི་དུས་འཁོར་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་བྱ་ཡེ་ཟླ་ ༡ ཞག་དང་པོ་རེས་གཟའ་ཉི་མར་

འབྲུངས། དུས་མཆམས་འདི་ནི་ཡེ་ཤུའི་འབྲུངས་སྐར་གྱི་ལོའི་ཕྱིས་འགོ་ཡིན་པ་འདྲ་། ཆེ་  
 ཏན་ཞབས་བྱུང་གིས་མཛད་པའི་བཟུན་ཕྱིས་ཀུན་བདུས་ལས། ལྷགས་བྱ་ལ་སྒྱུ་ལོ་ ༡ གསར་  
 དུ་ཚུགས། ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་སྒྲིལ།<sup>༡</sup> ཞེས་གསལ། དེ་ཡང་ཡེ་ཤུ་འབྲུངས་རྗེས་ཀྱི་ལོ་ ༥༣༣  
 པའི་ཆུ་བྱེར་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་འབྲངས་པ་ནམས་ནས་དངོས་སུ་ལོ་ཕྱིས་འདི་ཉིད་ཐེད་སྒྱུད་བྱས་པ་  
 ཡིན་པས། ཕྱིས་འགོ་ནི་གོང་དུ་བཟུན་པ་ལྟར། ཡེ་ཤུ་འབྲུངས་པ་ནས་འཛིན་དགོས་པའི་སྐར་  
 དང་། རྟོག་དཔྱད་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དེབ་དཀར་ནང་། ལོ་ཕྱིས་འདི་བཞིན་ཡེ་ཤུ་གྲོངས་  
 པའི་ལོ་ནས་བཅུ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ནོར་ཚུལ་ཡང་བཟུན།

## གཉིས་པ། བྱུང་ཚུལ་ལྟ་སྒྲིལ་བའི་རིམ་པས་ཐ་སྙད་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་བྱུང་ རིམ་ལ་དབྱེད་པ།

ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་  
 དར་ཡོད་པ་ལས། ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་འདི་ནི་ལྷ་གླིང་ (ལྷ་གླིང་དབུས་མས་གཙོས་)  
 མ་ཡིན་པའི་གླིང་གཞན་དུ་དར་བྱུང་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན། ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་  
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཆོས་རང་མེས་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་དེ་བཞིན་དེ་བྱེད་ལུལ་དང་ཨ་རི་  
 སོགས་རྒྱབ་དང་བྱུང་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་བྱུང་སྒྲིལ་བྱས་པ་དང་སྐྱགས་སྟོན་པའི་འབྲུངས་སྐར་  
 གྱི་ལོ་ཕྱིས་བཅུ་པའི་སྒྲོལ་འདི་ཡང་ལྟན་དུ་དར་སྒྲེལ་བཏང་ཡོད། ཡེ་ཤུའི་འབྲུངས་སྐར་གྱི་ལོ་  
 ཕྱིས་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་དེ་ལུགས་སྟོན་པ་མ་གྲི་ཀའི་འབྲུངས་སྐར་ལ་དད་གུས་བྱས་ནས་གསོ་བྱ་  
 བྱེར་ཕྱིས་འགོ་བཟུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། བྱེས་སུ་བྱེ་ལུགས་སྐར་ཕྱིས་མཁན་བྱན་མོང་གིས་  
 བཅུ་བར་བྱ་བའི་འདས་ལོར་བཀོད་པར་འདོད། འོན་ཏེ་རང་ལུགས་ཤོད་ཕྱིས་རིག་པའི་ཕྱིས་  
 འགོ་ལྟར་ན། ཡེ་སྟོན་འབྲུངས་སྐར་གྱི་ལོ་ཕྱིས་འདི་བཞིན་བྱེའི་གཟུང་སྐར་གྱི་འཁོར་བཤོད་  
 དང་། དུས་དང་དུས་བཅི་བའི་སྒྲུང་དོར་སྟོན་རྒྱས་པའི་ལོ་ཕྱིས་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་

ལ་སྐར་ཅིས་ལུགས་ཀྱི་རབ་ལོ་ལྟར་ཅིས་རིག་པའི་ཅིས་འགོ་ཁྲུངས་ཐུབ་ཅིག་དེ་བས་མ་ཡིན།

ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་འདི་རྒྱ་དཀར་དང་རྒྱ་ནག་ བོད་བཅས་སུ་དར་  
སྤེམ་པའི་ཅིས་ལོ་ཅིས་འདིའི་ཐ་སྙད་ལ་བོད་སྐད་དུ་དབྱེན་ལོ་དང་། སྤྱི་ལོ། སྤྱི་ལོ་ཞེས་  
པའི་འབོད་སློབ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་རིམ་པར་བྱུང་ཡོད་པས། ཐ་སྙད་དེ་གསུམ་གྱི་སྤེམ་པའི་  
པ་ལྟར་སོ་སོའི་དོན་དང་བྱུང་ཚུལ་ཐད་དུ་བྱུང་སྐྱེང་ཅུང་ཞིག་བྱ་བ་ལ།

### ༡ དབྱེན་ལོ་ཞེས་པའི་ལོ་མིང་གི་གོ་དོན་དང་བྱུང་ཚུལ།

སྤྱིར་བཏང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྟོ་སྐྱེང་( དུས་འཁོར་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེང་བཞི་ལྟར་ན། རྟོ་  
སྐྱེང་དང་ས་ཁམས་རིག་པ་ལྟར་ན་ཨེ་ཤ་ཡའི་སྐྱེང་) དུ་དར་སྤེམ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་བོད་ཀྱི་བྱིས་  
མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཡིན། ཆོས་ལུགས་འདི་ཉིད་རྒྱ་ནག་དུ་དར་བ་དང་ལྟན་  
ཡེ་ཤུའི་འཁྲུངས་ལོའི་བཅི་སློབ་འདི་ཉིད་དར་འཕེལ་བྱུང་ཡོད་པ་ལུགས་དེའི་ཡིག་ཆ་དུ་དུས་  
ཆོད་འདས་ལུས་ཀྱི་བཅི་གཞིར་བཅད་སྤྱོད་ཐོག་མ་བྱས་ཡོད་པའང་ལོ་ཅིས་འདིའི་ཐ་སྙད་ལ་དེ་  
ལུགས་སྐད་དུ་ཀྱང་ཡོན་ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུག་ཉིས་གསལ་བ་དོན་འགྲེལ་དུ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་འཁྲུངས་  
པའི་ལོ་ཞེས་བཀོད་ཡོད། ལུགས་འདིའི་ཐ་སྙད་བོད་དུ་དར་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པས་  
དེ་དོན་ཞིབ་པ་སྤྱི་མར་སྐྱེང་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ལ་ཐོག་མར་དབྱེན་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ལ་བསམ་ན། འདི་ནི་དབྱེན་ངེས་སྤྱོད་པའི་  
ལོ་ཅིས་ཤིག་ཡིན་པ་ང་ཆོས་གསལ་རྟོགས་ཐུབ་ངེས། དེ་ཡང་དབྱེན་ངེས་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་  
བྱས་པའི་དུས་ཡུན་ནང་ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་འདི་ཉིད་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་གྲགས་  
ཀྱང་ལོ་ཅིས་ཀྱི་སློབ་འདི་བཞིན་ཡོངས་གསལ་ཞིག་དར་མེད་ལ། དེ་ཉིད་བོད་བསྐྱར་གྱི་ཐ་སྙད་  
སྤྱི་མཐུན་ཞིག་དེ་བས་མེད། དཔེར་ན། བོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་ནས་རབ་བྱུང་ ༡༥ ལུགས་  
བྱ་( ཡེ་སྟོན་འཁྲུངས་ལོ་༡༧༡༡ ) ལོར་འདོན་སྤེལ་གནང་བའི་གཞུང་ལེ་( བོད་གཞུང་གི་ལེ་ཐོའམ་

ལོ་ཐོ་) རྟོག་པ་ཞིག་གི་ནང་། རབ་ལོ་དང་། བོད་ཆེ། བོད་ཆོས་རྒྱུ་པ་ལས་སྤྱི་ལོ་དང་དཔྱིན་ལོ་སོགས་ད་ལྟོ་ཐ་སྟོད་འདི་རིགས་ཟུར་ཙམ་ཡང་གསལ་མེད་པས་ཤེས། (རྒྱ་མཚན་འདིས། དེའི་ཆོ་དེའི་སྐབས་དུས་ཚོད་ཀྱི་འདས་ལུས་ཆང་མ་རང་ལུགས་ཚིས་རིག་ལས་བཞུན་པའི་དུས་ཚིས་ཀྱིས་གོ་ཆོད་འཕེར་བ་བཞུན་པ་ཡིན།) གོང་གསལ་ལོ་དུས་དང་དེ་འབྲེལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་དཔགས་ཏེ་བཤད་ན། དཔྱིན་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོད་འདི་ནི་ཐོག་མར་བོད་དུ་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་རྒྱས་པས། སྐབས་སུ་འདི་ཉིད་རི་ཁྱུར་དར་བའི་ཚུལ་མདོ་ཙམ་སྟེང་ན། ཡེ་ཤུའི་འབྲུངས་ལོ་ཆེག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་ནང་དཔྱིན་རིས་རྒྱ་གར་ལ་བཙན་འཛུལ་བྱ་འགོ་རྒྱགས་པ་དང་། དཔྱིན་རིས་རྒྱ་གར་ལ་བཙན་འཛུལ་བྱས་པའི་མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་གཉིས་རྒྱག་གི་དུས་ཡུན་ནང་། དེ་སྔ་དཔྱིན་ཡུལ་དུ་དར་བའི་ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་དང་ཁྱད་པར་ལེ་ཤུའི་འབྲུངས་ལོའི་བཙུང་སྟོང་འདི་བཞིན་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་དར་བྱལ་ཆེ་བར་བྱུང་།

ཡེ་ཤུའི་འབྲུངས་ལོ་ ༡༧༠༡ ནང་རྒྱ་གར་ནི་མྱ་ལ་ཡའི་བྱང་བརྒྱད་དུ་གནས་པའི་ཁུ་ནུའི་ཡུལ་གྱི་ཚིས་མཁན་དེ་ཐ་རམ་མམ་བྱང་ཚུབ་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་པས་རང་ལུགས་བོད་ཚིས་ལུགས་ཀྱི་ཁུ་ནུའི་ལེ་ཐོ་ཞེས་པ་ཐོག་མར་འདོན་སྤེལ་གནང་། རབ་བྱུང་བཙོ་ལྔ་པའི་ནང་དེ་ལུགས་བོད་ཚིས་ལེ་ཐོའི་ནང་ཡེ་ཤུའི་འབྲུངས་ལོ་བཙུང་བའི་ལོ་ཚིས་ཀྱི་སྟོང་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་བཅད་སྟེང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཆོ་དཔྱིན་རིས་བཅད་སྟེང་པར་གཙོ་དམིགས་ཀྱིས་ལོ་ཚིས་འདིའི་ཐ་སྟོད་ལ་དཔྱིན་ལོ་ཞེས་བསྐྱར་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་རབ་བྱུང་ ༡༦ ལུ་ཏྲ་(ཡེ་ལོ་ ༡༧༩༡)ལོར་སྤེལ་བའི་ཁུ་ནུའི་ལེ་ཐོའི་ནང་། དཔྱིན་རིའི་ལོ་ ༡༧༩༡ ཞེས་གསལ་ལ། ལོ་དེའི་བོད་ཆེ་གསུམ་པའི་ཆོས་ ༡༦ ཉིན་གྱི་ཆོས་ཁོངས་སུ། དཔྱིན་རྒྱ་བཞི། མ་ཞེ། ཞེས་དང་། བོད་ཆེ་བཞི་པའི་ཆོས་ ༡༧ ཉིན། ཞེན་རྒྱ་ ༦ ཞུན་ཞེས་དང་། རྒྱ་འབྲུག་(ཡེ་ལོ་ ༡༧༥༡)ལོའི་ལེ་ཐོའི་ནང་། དཔྱིན་ལོ་ཞེས་སྐྱ་སོར་བཞག་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད་ལུགས་འདིས་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་དུག་ཕྱུའི་བར་ཐ་སྟོད་འདི་རང་བཅད་སྟེང་ཡོད།

གཞན་ཡང་། རབ་བྱུང་དེའི་ཤིང་བྱ་(ཡེ་ལྷོན་འབྲུངས་ལོ་ ༡༧༧༥) ལོར་ལྷ་ལྷན་  
སྒྲན་ཅིས་ཁང་ནས་འདོན་སྤྲོད་གནང་བའི་ལེ་ཐོ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ནང་ཆོས་  
ཁོངས་སུ། དབྱིན་ལོ་ ༡༧༧༥ ཞེས་དང་། ཟླ་ཆོས་ཁོངས་། དབྱིན་ཟླ་ ཆོས་། ཞེས་གསལ་།  
གོང་གསལ་ཡུལ་དུས་མི་གཅིག་པ་གཉིས་ནས་འདོན་སྤྲོད་བྱས་པའི་ལེ་ཐོའི་ནང་། དབྱིན་ལོ་  
ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་གཅིག་གྱུར་པེད་སྟོང་བྱས་ཚུལ་ལ་དབྱེད་ན། ཡེ་ལྷོན་འབྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་  
པོད་སྒྱུར་ཐོག་མ་ནི། དབྱིན་ལོ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན་པ་གསལ་བར་སྟོན་བྱས་ལ། དེ་ལྟའི་ཐ་སྟངས་  
བཏགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཆོད་དབྱིན་ཇི་བཙོས་པེད་སྟོང་པ་གཙོར་དགོངས་ནས་བཏགས་  
པར་མཛོན་པས། དུས་ལྡན་ཕྱི་རིམ་པ་ལ་དབྱེད་ཆེ་ལོ་ཅིས་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཁུ་ཕྱི་རིམ་འཛོན་  
ཅིས་མཁན་ཆོས་པེད་སྟེད་པ་བརྒྱུད་པོད་དུ་དར་བར་སྟམ།

## ༡ རྒྱ་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་དོན་དང་བྱུང་ཚུལ།

ཡེ་ལྷོན་འབྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་རྒྱ་ལོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་བྱུང་རིམ་ཡང་གཉིས་པ་ཡིན། ཡོངས་  
གྲགས་ལྟར་ན་ཐ་སྟངས་འདི་ནི་རྒྱ་ནག་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་ལོ་མེད་ཀྱང་ཡོན་ཞེས་པ་ལས་ཡང་བསྒྱུར་  
བྱས་པར་འདོད་ལ། ཟླ་བཤད་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ལྷ་ལྷན་ལྷན་མོང་དུ་གྲགས་པའི་ལོའི་བཙེ་ཚུལ་  
ཞིག་ཡིན་པར་འགྲེལ། དེ་ཡང་། ཡེ་ལྷོན་འབྲུངས་ལོ་ ༡༧༥༧ ལོར་རྒྱ་ནག་གི་དགའ་ལྷོ་  
གིས་པོད་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱས་ཤིང་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་བཞིན་གཞིས་ཀྱིས་ཚོ་ཁ་གཉིས་སུ་གྱེས་  
ཤིང་། དེ་བས་པོད་གཞིས་སུ་གནས་པའི་པོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རིམ་པར་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་  
ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་གོམས་སྤྲོལ་ཇི་སྟེད་ཅིག་དར་བ་ལས་དེ་སྔ་རྒྱ་ནག་དུ་པོད་སྟོང་དར་བྱུང་  
པའི་ཡེ་ལྷོན་འབྲུངས་ལོའི་ཅིས་གཞི་འདི་བཞིན་པོད་དུ་དར།

ཡེ་ལྷོན་གྱི་ཅིས་ལོའི་ཐ་སྟངས་རྒྱ་ལོ་ཞེས་པ་དེ། གཞིས་ལྷན་པོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་དར་  
འགོ་རྒྱགས་པ་ནས་བཟུང་དེ་ཉིད་ཡོངས་ཁྲབ་ཀྱི་ལོ་ཅིས་ཞིག་དུ་པོར་འཛོན་གྱིས་ལེ་ཐོ་དང་བསྟན་

ཅིས། ལོ་རྒྱུས་སོགས་སུ་བཅད་སྟེན་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆོག་མཛོད་ནང་དུ་འདུལ་ལོ་མིང་  
 འོན་ཏེ་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་། དེ་ཡང་རྒྱ་བོད་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་  
 ནང་། སྤྱི་ལོ། གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་འབྲུངས་ནས་ཅིས་པའི་ལོ། ཞེས་  
 གསལ་བ་ལས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་མཐུན་གྱིས་བཅད་སྟེན་པ་སོགས་ཀྱི་གསལ་འགྲེལ་བཀོད་མེད། གཞན་  
 ཡང་། སྤྱི་ལོ་ཞེས་པའི་མིང་འགྲེལ་ལ་གཟིགས་དང་། སྤྱི་ལོ་ནི་ལོ་སྤྱི་མཐོང་ཞེས་བཀོད་པ་ལ་  
 དཔགས་ན། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་བཅན་ཁྱོད་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཡོངས་གྲགས་སྟེན་བཞིན་  
 པའི་སྤྱི་ལོ་ཞེས་པའི་ལོ་སྟོན་འབྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་དེ་རྒྱ་རིང་དུ་དོར་བ་གསལ་པོར་མངོན།

### ༡ སྤྱི་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་བྱུང་ཚུལ།

སྤྱི་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ནམ་བུར་གི་དུས་རིམ་ལ་དབྱེད་ཆེ། ཐ་སྟངས་འདི་ནི་དེ་སྟོན་  
 ནས་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། ཡོངས་གྲགས་སུ་ལོ་རྒྱུས་མ་ཞེས་པའི་དོན་ལ་འབྲུག་པ་ལས་ཡེ་ལོར་གོ་  
 པ་མིན། འོན་ཀྱང་གཤམ་དུ་གསལ་བ་ལྟར་ཡེ་ལོའི་དོན་དུ་སྦྱར་བའང་མཆིས་མོད་དར་འཕེལ་  
 ནི་བཅན་ཁྱོད་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་བྱུང་བཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་ཡེ་ལོ་ ༡༧༦༡ ལོར་བོད་  
 གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་ནས་གཞུང་ལོ་ཐོག་མར་འདོན་སྤེལ་གནང་། འདོན་ལོ་འདི་ནས་ཁྱོན་  
 ལོ་བཞི་ལྷག་གི་རིང་ཡེ་སྟོན་འབྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་ལ་སྤྱི་ལོ་ཞེས་པ་བཅད་སྟེན་གནང་ཡོད་ཅིང་།  
 འདི་ཆེ་ཁུ་རུས་ཀྱང་རང་ལུགས་དབྱིན་ལོ་ཞེས་པ་དོར་ཏེ་སྤྱི་ལོ་ཞེས་པ་བཅད་སྟེན་ཡོད།

དེ་ལ་རྟེན་པོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་ནས་ཚུ་ཡོས་(ཡེ་ལོ་ ༡༧༦༣) ལོར་འདོན་  
 སྤེལ་གནང་བའི་ལོ་ཐོ་མཛེས་བྱེད་ཅིས་པ་འབྲུང་བ་བཞི་ལྷན་ཚུ་མོ་ཡོས་ཀྱི་རི་ཐུ་རྒྱལ་བ་དགེས་  
 པའི་མཆོད་སྤྱིན། ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་དུ་(དཔེ་གཟུགས་) སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༩ ཞེས་གསལ་ལ།  
 ལུགས་བྱི་ཡེ་ལོ་ ༡༧༦༠ ལོ་དང་གིང་འབྲུག་ཡེ་ལོ་ ༡༧༦༩ ལོར་འདོན་སྤེལ་བྱས་པའི་ཁུ་  
 རུའི་ལོ་ཐོའི་ནང་ཆོས་ཁོངས་སུ། སྤྱི་ལོ། སྤྱི་ལོ་ཞེས་གསལ།

མཆམས་འདིར་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་ཐོག་མར་ངེ་རྩེར་གཏན་འཁེབས་པེད་  
སྟེང་བྱས་སྒྲིལ་གྱི་གནད་དོན་སྟེང་བསྐྱུས་གྲུང་ན། ཐ་སྟངས་འདི་ནི་ཡེ་ལོ་ ༡༧༦༩ ལོར་རང་  
གཞུང་བཀའ་ཤག་ནས་དབུ་འབྱེད་གསུང་འཇུགས་བསྐྱུངས་པའི་ཚུམ་བུ་རྩལ་ཁང་ནས་གཏན་  
འཁེབས་གནང་བ་ཞིག་རེད་འདུག །དེ་དོན་ཞིབ་པ་སྐབས་དེའི་ཚུམ་བུ་རྩལ་ཁང་རོགས་སྐྱོད་  
རྩེར་སྟེང་དག་དབང་དོན་གྲུབ་ལགས་ནས་གསུངས་པའི་སྟེང་དོན་དུ། “༡༧༦༩ ལོར་རང་  
གཞུང་བཀའ་ཤག་ནས་དབུ་འབྱེད་གྱིས་ཚུམ་བུ་རྩལ་ཁང་ཞེས་པའི་རྩལ་ཁང་ཞིག་གསུང་  
འཇུགས་གནང་བ་དེ་སྐབས་བྲག་གཡབ་རིན་པོ་ཆེར་དབུ་འཛིན་དང་། ཁེ་སྟངས་ཇ་སྐག་བསོད་  
ནམས་དབང་འདུས། རོས་(སྐྱོང་དག་དབང་དོན་གྲུབ་)གཉིས་ཕྱག་རོགས་སུ་བསྐོས་གཞག་གནང་།  
སྐབས་དེའི་ང་ཆོའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། སྟངས་ཡིག་པ་བ་རྩུར་གྱི་ལས་དོན་ཡིན། ཡེ་  
ཤུའི་ལོར་“ཕྱི་ལོ་”དང་། ༡༧༧༣ ལོར་པན་ལ་“ཉི་འོང་”ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ནམས་ཀྱང་དེ་སྐབས་  
རྩལ་ཁང་ནས་གསུང་བ་རྩུར་སྒྲིག་བཅོས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། ཡེ་ཤུའི་འཁྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་ལ་  
དེ་སྟེང་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་པེད་སྟེང་བཞིན་པའང་དེ་ཆོ་སྐྱོང་ཇ་སྐག་བསོད་ནམས་དབང་འདུས་ལགས་  
ནས་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་བཞིན་ཀྱའི་སྟངས་ནས་ཡང་རྩུར་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་  
ལས་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་པ་དེ་སྟེང་སྟངས་མྱོང་ཡོད་པ་ཅམ་མ་ཟད། ༡་ཀྱལ་བ་སྐྱོག་མའི་(སྐྱ་  
ཐང་བརྩ་གསུམ་པ་) སྐབས་ཀྱི་དབྱིན་པོད་ཆེངས་ཡིག་ཏུའང་ཡེ་ཤུའི་ལོར་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་གསལ་  
བས་ཐ་སྟངས་འདི་རང་པོེད་སྟངས་ན་ལེགས་ཞེས་པའི་དགོངས་ཚུལ་གནང་བ་རྩེར། ཚུམ་བུ་རྩལ་  
རྩལ་ཁང་ནས་ཀྱང་མོས་མཐུན་གཅིག་གྱུར་བྱུང་སྟེ་དེ་དོན་ཞིབ་པ་རང་གཞུང་བཀའ་ཤག་ལ་  
རྩལ་ཁང་གསོལ་ཞུས། ༡༧༦༩ ལོར་རང་གཞུང་བཀའ་ཤག་ནས་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པ་བཞིན་དེའི་  
བསྐྱུགས་རྩལ་ཁང་ནས་དེ་དོན་གཏན་འཁེབས་བྱས་སྒྲིལ་གྱི་ཡོངས་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱུགས་གནང་  
བ་རེད་”ཅེས་གསུངས་པ་སྐབས་དེར་བཞག་པའི་སེམ་ལོའི་ཆེངས་ཡིག་དངོས་སམ་འདྲ་བ་ཤུས་  
རིགས་མ་མཐོང་ཡང་། ཞུ་སྐབ་པ་དབང་ཕྱག་བདེ་ལུན་མཆོག་གིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་སྟངས་





ཐོང་སྤྱད་ཡོད་ལ་ཁུ་བྱེད་ལེ་ཐོས་ཀྱང་དེའི་རྩེ་སུ་ཞུགས་ཏེ་ཐ་སྟོང་གསུམ་པ་ཕྱི་ལོ་ཞེས་པ་ཐོང་  
སྤྱད་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་གི་གོ་དོན་ནི་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་དར་བ་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཆོས་  
ཐོང་སྤྱད་པའི་ལོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་དགོངས་ཏེ་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད། ཐ་  
སྟོང་འདིས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ལོ་ཡིན་པའི་དོན་ཙམ་ལས་ལོ་ཆེས་འདིའི་ཁྲུང་ས་དངོས་མི་གསལ་སྟབས།  
ཕྱིས་སུ་ཐོང་རྒྱལ་ལོར། ནང་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་ཅིག་ཁ་ཅིག་གིས་ཐོང་སྤྱད་ཡོད།

## གསུམ་པ། ཅེས་རིག་པའི་ཐ་སྟོང་གདགས་ཚུལ་དང་སྤྱོད་མཁས་པའི་ བཞེད་དགོངས་ལ་དཔྱད་དེ་ཡེ་ལོ་རྣམ་པར་གཞག་པ།

གོང་གསལ་ཐ་སྟོང་མི་འདྲ་བ་གསུམ་པའི་བྱང་ཚུལ་བརྒྱད་རིམ་ལས། ཡེ་ལོ་ཞེས་པའི་  
ཐ་སྟོང་འདིའི་གོ་དོན་དང་འདི་ལྟ་བུའི་ཐ་སྟོང་ཅིག་ཐོང་སྤྱད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྲགས་ལས་རྟོགས་བྱུང་།  
ཐ་སྟོང་འདི་ནི་ཅེས་རིག་པའི་ལོ་ཆེས་དང་མཐུན་པར་རྩེ་སུ་བྱུང་གི་མིང་འདོགས་ཚུལ་ཆད་ཅན་ཞིག་  
ལས། ཅེས་རིག་པའི་ཐ་སྟོང་གདགས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཐ་སྟོང་ཅིག་མ་ཡིན།

དེ་ཡང་། རྒྱ་གཞན་གཞུང་ལེའི་ནང་བཞེད་སློལ་ལུགས་ཐ་དད་པའི་ལོ་ཆེས་བརྒྱད་  
ཙམ་འགོད་སློལ་ཡོད་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་ཐ་སྟོང་ལ་དཔྱད་ཆེ། ཡེ་ཤུའི་འཁྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟོང་  
ལ་ཡེ་ལོ་ཞེས་ཆོག་བསྟུས་ཏེ་བཀོད་པ་ལས། རྟོགས་བཟོ་དང་མཁས་མདོག་འདོད་ཞེན་གྱིས་  
བཏགས་པའི་ཐ་སྟོང་གསར་པ་ཞིག་དེ་བས་མིན། དཔེར་ན། ཐོང་རྒྱལ་ལོར། ཐོང་ལོ་ཞེས་  
པ་དང་། ཤུག་ལོ་འདས་ལོར། ཤུག་ལོ་ལོ་མེ་ལོས་འདས་ལོ་འམ་རབ་བྱུང་གི་ལོར། རབ་ལོ་  
ཞེས་བཀོད་པ་ལྟར། ཡེ་ཤུའི་འཁྲུངས་འདས་ལོར་ཡང་ཡེ་ལོ་ཞེས་བཀོད་ཆེ་ཡང་དག་ཐ་སྟོང་  
གྱི་ལམ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་། ཤེར་སྒྲིང་ཡོངས་དགེ་མི་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེས་ཚུམ་སྒྲིག་མཛད་ཅིང་སློབ་ཐོན་



རང་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཚུགས་བྱ་ཆུ་ ༡ བོའི་ཞག་ ༡ རེས་གཟའ་ཉི་མའི་སྤྱི་དུ་བབས་  
པ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་བརྩིས་གིང་སྟོན་པ་ཡི་ཤུ་འབྲུངས་ལོ་གཞིར་བྱས་ཏེ་ཡི་  
ཤུའི་ལུགས་ཀྱི་ཆིས་སྟོལ་འདི་བརྩུགས་པར་བརྟེན། ཡི་ལོ་ཞེས་མིང་གི་བརྟེན་སྐྱར་ཆེ་རྩེས་སྐྱབ་  
རིག་པའི་གཏན་ཆེགས་དང་མི་འགལ་ཞིང་། དེ་སྟོན་ལོ་འདིའི་འབྲུང་ཁྲུངས་དངོས་སྟོན་བྱུང་  
པའི་ཕྱིར། རྒྱབས་འདིར་ཡི་ལོ་ཞེས་བཀོད་པའང་དེ་བཞིན་མཁྱེན་མང་འཕྲོངས་ཕྱིར་དང་།  
བོད་མཁས་སྲ་མའི་མིང་འདོགས་སྟོལ་གྱི་གཏན་ཆེགས་རིག་པ་དང་འགལ་འཛོལ་མི་ཡོང་བའི་  
ཕྱིར་དུའོ། ། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པ་འདིས་མཁྱེན་པར་མཛོད། ཆོག་ཟུར་གོ་བདེར་  
བགད་ན། དབྱིན་སྐད་དུ་ Christian Era ཞེས་པ་དེ་ཉིད་བོད་འགྱུར་དུ། ཡི་ལོ་དང་  
གཅིག་པར་འགྱུར་གྱི་འདུག་ན། ཕྱི་མེས་ཀྱང་ཡི་ལོ་རང་བཅད་སྟོན་བྱེད་པ་མང་།།

### བཞི་པ། དབྱད་ཡིག་འདི་ཉིད་འབྲི་བའི་དམིགས་ཡུལ་དང་རེ་འབོད།

ཡི་ཤུའི་འབྲུངས་ལོའི་ལོ་ཆིས་འདི་བཞིན་རང་ཅག་བོད་ཡུལ་དུ་དར་ནས་བཟུང་ད་བར་  
མི་ལོ་དུག་ཅུ་སྟོར་གཅིག་ལྷག་ཅུ་མ་སོང་ལ། འདས་པའི་དུག་ཅུ་སྟོར་དེའི་ནང་ཡི་ཤུའི་འབྲུངས་  
ལོའི་ཐ་སྟོད་ལ་སྲར་གླེང་བ་ལྟར། བོད་བརྒྱུར་ཐ་སྟོད་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཅུ་མ་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་  
ཡི་ཤུའི་འབྲུངས་ལོའི་ལོ་ཆིས་འདི་བཞིན་བོད་ཆིས་རིག་པ་དང་བསྟན་ཆིས་རིག་པ་སོགས་སྲར་  
རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ལོ་ཆིས་བརྩི་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་བཅད་སྟོན་དེ་ཅུ་མ་ཆེ་རུང་། དེང་དུས་སྤྱིར་  
བཏང་དུས་ཚོད་ཀྱི་འདས་ལུས་བརྩི་བའི་གོ་མས་སྟོལ་ནང་བྱུང་བརྟེན་བཅད་སྟོན་ཆེར་སོང་སྐབས།  
འདིར་ལོ་ཆིས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་དང་བཅད་སྟོན། བོད་འགྱུར་ཐ་སྟོད་མི་འདྲ་བ་སོ་སོའི་གོ་དོན་  
བཅས་གསལ་ཤོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ཆེར་མཐོང་སྟེ་རུང་ཟད་དབྱད་པའི་ཚུལ་དུ་གླེང་ཡོད་པའང་།  
ཐ་སྟོད་གཅིག་ཤུ་ཅུ་མ་ལ་ཞེན་པ་ནམས་ལ། འདི་ནི་གསར་བཟོ་དང་རང་འདོད་མིན་ལ། ལྷག་  
པར་ཐ་སྟོད་གཞན་གསུམ་པོ་བཞག་ནས་འདི་བཅད་སྟོན་དགོས་ཞེས་ཨུ་ཚུགས་བྱེད་པར་འདོད་

པའང་མིན། ཡེ་ལོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་འདི་ནི་དབྱེན་ལོ་སྟགས་ཐ་སྟོང་གཞན་གསུམ་པོའི་འགྲེལ་བཞིན་  
 གྱི་རྒྱལ་རྟེན་ལས་ལྷགས་གྱིས་གསལ་ཁ་ཐོན་པའི་ཅིས་རིག་པའི་ཐ་སྟོང་རྣམ་དག་ཅིག་ཡིན་པ་གསེས་  
 དཀྱིལ་བྱས་པ་ཅམ་ཡིན་ལ། སྟང་ནས་ལོ་ཅིས་འདི་ལ་གསལ་དུ་འདུག་པའི་སྟོགས་ར་པ་སུ་ཞིག་  
 གེ་སྟོང་འགྲེལ་བཞིན་བྱས་ཀྱང་། ཐ་སྟོང་འདི་བཞིན་གོ་སྟོན་ཤིང་། རྒྱ་མཚན་འགྲེལ་བཞིན་  
 གེ་སྟོང་འགྲེལ་བཞིན་བྱས་ཀྱང་། ཐ་སྟོང་འདི་ལ་གོ་མས་འདིས་མེད་པའི་རྒྱ་ཆེད་མཁྱེན་ལྡན་རྣམས་  
 རས་འདི་ལྟ་བུའི་ཐ་སྟོང་ཞིག་ཐོད་སྟོང་བཞིན་པའི་རྒྱ་མཚན་མཁྱེན་མངའ་ཅམ་འོང་བྱིར་ཤོད་པས།  
 དེ་དག་དོན་ལ་གནས་མིན་གཟུར་གནས་སྟུན་ལྡན་ཆོགས་ནས་ཀྱང་ལེགས་པར་དབྱད་པར་མཛོད་  
 ཅིག་ ཅས་པའང་སྟུན་ཅིས་སྟུ་པའི་གལ་འཛིན་ཨེ་པ་བསྟོད་རྣམས་རིན་ཆེན་ནས་རབ་གནས་མུ་  
 རྟ་(ཡེ་ལོ་ ༡༠༠༡)ལོའི་ས་རྩའི་དཀར་ཕྱགས་སུ་བྲིས་པའོ། །

ཐུར་བོད་ཡང་འབྲེལ།

- ཉེ་ཆོད་ན་ཞལ་དུང་གིས་བརྩམས་པའི་བསྟན་ཅིས་ཀྱན་པས་བདུས་པ། མཚོ་ཐུང་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། བོག་  
གངས་ ༥༥ རེ་བུ་མིག ༥༥ རང་གསལ་ལ། གསལ་འཕྲོད་ཡིག་མེར། རྩོམ་བྲག་གིས་སྒྲིལ་མཁོ་ཚུགས་པའི་ལོ་ནི་  
ལེ་ཤུ་ཐོངས་པའི་ལོར་བཤད་པ་ནི་བསྐུལ་བཤོ། ཞེས་གསལ།
- ཉེ་ཆོད་དར་སྤྱི་ལོ་ཤིང་མ་འདི་བཞིན་གཞུང་འབྲེལ་ལོ་ཐོར་ཡོངས་ཁྲབ་ཤེད་སྟོན་སྤྱི་ལོ་ཤིང་མ་འདི་བཞིན་གཙོར་  
བཟུང་གིས་བཀོད་པཤོ།
- ཉེ་ཆོད་ལོག་འདོན་ནང་ཡུར་དངས་པའི་ལོ་ཐོངས་དཔེ་རྣམས་དམ་པོར་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་ནས་དཔུང་ཅིས་རིག་སྤྱོད་ཆོད་དུ་ཡོང།  
གསུང་རྒྱན་འདི་ཉིད་ལྟར་ན། སྤར་“ཕྱི་ལོ་”ཞེས་པ་ཤེད་སྟུང་ཡོད་ན་ཁང་། དེ་ནི་མང་ཚོགས་ནང་གྲུབ་མ་ལིན་  
པའི་ཆེང་ས་ཡིག་རེ་བྱུང་གི་ནང་ལས། གཞུང་འབྲེལ་ལོ་ཐོངས་དཔེ་སྟུང་ཡུས་མེད་སྟབས་དེ་དུས་ཡོངས་ཁྲབ་ཅིག་  
མིན་པའི་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

སྒྲུབ་ཅིང་དཀའ་བརྒྱབ་ཞེས་བཤེད་ནས་ས་མིན་ཆེན་མོ།      ད་ལྟ་པོད་གཞུང་སྒྲུབ་ཅིང་མཆོ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོལ་དཔོན་པོ།

ཕྱི་ཆེགས་ཆོས་གྲགས།

ཕྱི་གངས་ཅན་མིག་གཅིག་མུ་མི་ཨ་ཁུ་མཆོག་ནི། མི་རྩེ་སྤྱོད་པ་ཅན་སྐྱམ་པོའི་གཙུག་  
ལག་སྤྱོད་དཔོན་དང་མདུན་གྱིས་ལ་དབང་བའི་སྤྱོན་པོ་ཡིན་ཞིང་། མི་རིགས་འདྲིའི་ཤེས་རིག་  
དང་སྤྱོད་དོན་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བསྟུན་ཐབས་མེད་པའི་མཛད་རྗེས་བཞག་ཡོད་པར་བརྟེན། སྤྱི་འབད་  
པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲ་བཆོས་པོད་པ་ཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ཀྱི་བོད་ཕུག་བྱས་རྗེས་ཅན་མཛད་ས་  
མི་བདུན་ཀྱི་ཅེ་མོར་བསྐྱེད་ཀྱངས་ཆད་མཐོའི་གདེང་འཛོག་གནང་ཡོད། འདིར་བོད་ཀྱི་ཤེས་  
རིག་དང་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ངམ་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་ཆོས་མུ་མི་ཨ་ཁུའི་དངོས་དོན་མཛད་  
རྗེས་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་དཔུང་གཞིའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་དམིགས་ཏེ། འབྲེལ་ཡོད་ཆད་ལྡན་ཡིག་ཆ་དང་ཁག་  
ལ་རྒྱུ་རྟེན་པཅོལ་ནས་འདྲི་ཉིད་ཀྱི་གཟི་བུ་ཤིང་ལྡན་ཞིང་རྣམ་གྲངས་མང་པོའི་ལེགས་མཛད་

ལས། ད་ལྟོ་ཤོད་ཡིག་འདི་གསར་གཏོང་མཛད་པ་དང་། ལུང་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅས་བརྩམས་  
པ། མི་རྗེ་སྤོང་བཅན་སོགས་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྟོབ་དཔོན་གནང་བ། ཐུབ་བསྟན་ཤོད་བསྟར་  
གྱི་ཐོག་མའི་རྒྱུ་འགན་བཞེས་པ། རྒྱ་བལ་ནས་བཙུན་མོ་བསྟ་བའི་རྒྱལ་འབྲེལ་བྱ་བར་རྣམས་  
གྲགས་བཏོན་པ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ཐུན་མོང་སྤང་ཆོད་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཁྱེལ་སྤྱད་དེ་མཆོམས་སྟོར་  
ཆེ་ལོང་ཅམ་བྱ་བར་འཇུག་ན།

## དང་པོ། སྟོན་ཐོན་རང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟོ་ཤོད་ཡིག་འདི་གསར་གཏོང་ མཛད་པ།

སྟུང་མི་རིགས་གང་ཞིག་གི་ཡི་གེ་ནི་མི་རིགས་དེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཆའི་མཆོན་  
ཤེད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་སོ་སོའི་རང་སྐད་ནི་མི་རིགས་དེ་དང་དེའི་འདྲ་ཤེས་གསལ་མཆོན་གྱི་མི་  
ལོང་ཁྱ་བྱེད། ཡི་གེ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པའི་ཐད། ཤོད་མཁའ་སྐྱ་ཆད་པ་རྣམས་  
ཀྱི་གཞུང་དུ་མིང་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་ཚུམ་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་ལ་གསུངས་གིང་། གཞི་  
རིམ་སྤྱི་ཆོགས་ཁྲོད་ཡི་གེ་ཞེས་པ་སྐྱ་གདངས་མཆོན་ཤེད་བརྒྱ་དགས་ཀྱི་རི་མོ་ཅམ་ལ་ཡོངས་བྱབ་  
ཏུ་ངོས་འཛིན་ཤེད་བཞིན་པར་བརྟེན་འགལ་ཟླ་ལྟར་གྱུར་སྤང་ཡང་། སྐབས་འདི་དང་རྒྱན་ལྷན་  
སྤོང་ལུས་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་མཆོན་བྱ་སྤྱི་ཡི་གེ་དང་མཆོན་ཤེད་རི་མོའི་ཡི་གེ་གཉིས་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཡུང་  
པོར་གོ་ན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་འབྲེལ་ཆེ་བར་མཐོང་། མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
འཕེལ་རིམ་དང་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཡིག་རིགས་མཐའ་དག་རིགས་དཔེ་བྱས་ན་རང་བྱུང་ཡི་  
གེ་དང་ཚུལ་བྱུང་ཡི་གེ་(གཟུགས་མཆོན་ཡི་གེ་དང་སྐྱ་སྟོར་ཡི་གེ་གཉིས་པན་ཚུན་ལ་སྟོས་ནས་མིང་  
དེ་ལྟར་བཏགས་)གཉིས་སུ་འདྲེ་ཞིང་། ཤོད་ཡིག་ནི་ཚུལ་བྱུང་ཡི་གེའི་གསུ་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན།  
མི་རིགས་རང་མཆོན་པ་ཞིག་གི་འཛིན་ཤེད་ལ་ཡི་གེ་ངོས་པར་དུ་ཡོད་དགོས་པས་མ་བྱུང་ཀྱང་། མི་  
རིགས་རང་གི་སྐད་བརྒྱའི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་ཡིག་སྟོན་ལོད་པའི་མི་རིགས་དེ་ནི་སྤྱི་འཕྲོར་

རིག་གསུམ་དང་དཔལ་དོན་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནམ་པ་སློག་པ་ཐང་རང་ཡིག་མེད་པའི་མི་རིགས་གཞན་དག་ལ་སློལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོན་དང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་མི་རིགས་མང་པོའི་འདས་པའི་བྱུང་བ་དང་དེ་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱིས་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད།

ཐོད་ཡུལ་གངས་རི་ཅེ་དགའི་རྫོངས་སུ་རང་སྐད་དང་མཐུན་པའི་ཡིག་སློལ་ནམ་ཞིག་ལ་བྱུང་བའི་ཐང་། བཤད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་གཉིས་བྱུང་བའི། གཡུང་བྱུང་བོན་གྱི་རིང་ལུགས་པས་སློག་ཤིང་བྱས་པའི་མཁས་པ་ཕྱོགས་ཁག་གཅིག་གིས་“ཐོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་དང་པོ་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་མང་དེ་”<sup>1</sup> ཞེས། དུས་རབས་བདུན་པའི་ཡར་རྒྱས་ནས་ཐོད་ལ་སློན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེས་མང་དེ་པའི་ཡིག་སློལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདྲིན་པའི་མཁས་པ་ཕལ་ཆེར་ཐེ་པའི་ཕྱོགས་ཁག་གཅིག་གིས་“དེ་ནས་ཐོད་ལ་ཡི་གེ་མེད་པས་ཐོན་མི་ཨ་རྩེའི་བྱ་ལ་འཁོར་བཅུ་དྲུག་དང་བཅས་པ་ཡི་གེ་སློབ་དུ་བཏང་”<sup>2</sup> ཟེར་བས་མཚོན་མི་རྗེ་སྤྱང་བཅན་སྐམ་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཐོད་རང་ལ་ཡི་གེ་མེད་ཅིང་། ཐོད་རང་གི་སྐད་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ནམ་གཉིས་ཀྱི་དོན་གསལ་བར་སློན་བྱུང་བའི་ཡི་གེའི་ནམ་གཞག་འདི་ནིད་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་སྤྱང་བཅན་གྱི་སློན་པོ་བྱ་མི་ཨ་རྩུས་གསར་བསྐྱར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་འདོད།

འདིར་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་འདྲིན་འཐེན་འབྲེར་གྱི་སྐྱ་ཁྱེ་ལ་རྩེ་མིག་མེད་པའི་སློ་རྩལ་བརྒྱུ་བཅས་ཞིབ་འཇུག་བྱང་འབྲེལ་ཞིག་བྱས་ན། དུས་རབས་བདུན་པའི་ཡར་རྒྱས་ཐོད་ཡུལ་ལ་ཡིག་སློལ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་སྤྱང་བཅན་སྐམ་པོའི་རིང་ཐོད་ཡིག་གསར་བཟོ་བྱས་ཞེས་པ་འདི་གཉིས་གཞི་རྩའི་ཐོག་མི་འགལ་བས་ཆོར་ལུགས་ནོན་པོས་ཅོད་སྤྱང་བྱེད་དགོས་དོན་མ་མཆིས་སྟེ། དཔལ་མང་ས་སྤྱིང་སློབས་ཀྱི་བདག་ནིད་མི་རྗེ་སྤྱང་བཅན་སྐམ་པོས་སྤྱ་རྒྱལ་ཐོད་ཀྱི་ཆབ་སྤྱིད་མ་བཟུང་པའི་ཡར་རྒྱས་སྤྱ་རྒྱལ་སྤྱིད་རབས་སོ་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་ཐོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱར་ཁང་ཁང་ནས་ཚུར་ལེན་བྱས་པའི་གཡུང་བྱུང་བོན་གྱི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྱུ་ཀྱི་རིང་ལུགས་མ་དར་གོང་ཆབ་སྤྱིད་སྤྱང་རྩེ་ཕོན་གྱིས་བསྐྱངས་ཚུལ་

དེས་ན་དུས་རབས་འདུན་པའི་ནང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོང་པཅན་སྐམ་པོས་ཤོད་ཆེན་པོ་གཅིག་ལུང་  
 བྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདུགས་པའི་སྐབས་ཆེན་བྱ་གཞག་གིས། ཡུལ་སྡེའི་པདྨ་དོན་པརྒྱལ་པའི་ཆབ་  
 མིན་འཛིན་སྐྱོང་དང་ཁྲིམས་ལུགས་གཏན་འཁེབས་བྱེད་པ། དཔལ་འཕྱོར་ཉི་ཆོང་གི་འབྲེལ་  
 པ་ཤོང་འཕེལ་གཏོང་པ། རིག་གནས་གསར་སྐྱེད་དང་ཆོས་ལུགས་གསར་པ་ཤོད་གངས་ཅན་



མེས་ཟིག་དུས་དེབ། 97

ཡིན་སྐབས་པོད་ཀྱི་ཚུལ་བྱུང་ཡི་གེ་འདི་ཡང་དང་པོར་བྱ་མིས་གསར་གཏོད་གནང་སྐབས་དུས་  
 དེའི་པོད་མི་བྱངས་ཀྱི་ཕལ་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་དང་རྩིབ་སྒྲོམ་ཆགས་ཚུལ་ལ་ཉམས་ཞིབ་དང་  
 འབྲེལ་དེ་ཉིད་མང་གཞིར་བཟུང་ཡོད་པར་ངེས་ཏེ། རང་རེས་དེང་སང་ཉོག་བཟོའི་པོད་སྐྱུང་  
 རྩ་བུ་ལས་དོན་དངོས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྒྲམ་བཞིན་པའི་བྱ་མི་ཨ་ཙུའི་ཅ་སོགས་དུག་  
 རྟེན་ཀྱི་ལམ་འགྲོ་བར་སྐད་ཆ་དྲིས་པའི་བྱུང་བ་དེས། བྱ་མིས་པོད་ཡིག་གསར་གཏོད་གནང་  
 སྐབས་པོད་མིའི་ཕལ་སྐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་བའི་བྱར་གཅིག་བཞུགས་ཡོད་ལ། ཡོངས་གྲགས་  
 ལེགས་སྒྱུར་གྱི་ཡི་གེར་དཔེ་བྲངས་ཏེ་པོད་ཡིག་སྲོལ་གཏོད་གནང་ཚུལ་བཤད་སྐབས་པོད་སྐད་  
 དང་མཐུན་མིན་ཆད་གཞིར་བཟུང་ནས་འདོར་ལེན་བྱས་ཚུལ་གསལ་བ་དེས་ན་ཡུལ་གྱ་གཞན་  
 ཀྱི་ཡི་གེར་དཔེ་བྲངས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་པོད་སྐད་ཀྱི་གཞི་ཅིའི་སྒྲ་གདངས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་  
 ཡུལ་གཞན་གྱི་ཡི་གེའི་ནང་པོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་དང་གཅིག་མཐུན་ཅན་ཡོད་པས་དཔུད་གཞིར་  
 བཟུང་བ་ཅམ་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་པོད་ཡིག་དེ་ལས་བཏོན་པའམ་བྱུང་བ་རྩ་བུར་བསམ་མི་རུང་། ཡུལ་  
 གཞན་གང་གི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྲངས་པའམ་དཔུད་གཞིར་བཟུང་བའི་སྐོར་ལ་ཁྱ་གར་དང་། ཁ་  
 ཆེ། ཞང་ཞུང་བཅས་དང་། ཁྱ་གར་ནང་ལོགས་ལའང་ལན་ཤར་དང་ན་གར་། གུས་སོགས་  
 ལ་དཔེ་བྲངས་ཞེས་བཤད་ཚུལ་མང་བར་བརྟེན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གང་ལ་དཔེ་བྱས་པ་ཡིན་མིན་  
 ཁ་ཆོན་གཅོད་དཀའ་ཡང་། འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་དང་ཁག་ཏུ་བྱ་མི་ཨ་ཙུས་ཁྱ་གར་ནས་“རྣམ་  
 མང་དུ་མའི་ཡི་གེ་ཁོང་དུ་ཆུད་”་པ་སྟེ་“ཡིག་རིགས་ དུག་ཅུ་རྩ་བཞི་”་ལ་སྐྱུངས་ཞེས་འབྱུང་  
 བས་ན་དེ་འདྲ་ཞིག་འུད་བརྗོད་དུ་སྒྲུང་ཡང་སྐབས་དེར་ཁྱ་གར་དུ་གྲགས་ཆེ་བ་ན་གར་འི་ཡི་  
 གེ་དང་། གུས་འི་ཡི་གེ། ཁ་ཆེའི་ཡི་གེ་སོགས་ལ་བསྐྱབ་སྐྱུངས་གནང་ཡོད་པེས་པས་ཁོང་གིས་  
 པོད་རང་གི་ཕལ་སྐད་མང་གཞིར་བཟུང་ནས་པོད་ཡིག་གི་སྲོལ་འབྱེད་སྐབས་དེ་དག་དཔུད་གཞིར་  
 བཟུང་ཡོད་པ་ནི་གོང་སྟོན་ལྟར་པོད་ཀྱི་ཚུལ་བྱུང་ཡི་གེའི་བྱུ་སྐྱུངས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་ཡོད། དེ་  
 ལྟར་པོད་སྐད་ཀྱི་རྩ་བའི་སྒྲ་གདངས་ལ་ཉམས་ཞིབ་སྟོགས་བརྟེན་མས་བྱུ་བ་རྩེ་དེ་མཆོན་པའི་བད་

ནགས་རི་མོ་ནི་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་རང་གི་ནམ་དཔྱིད་ཀྱིས་གསར་བཅོཌ་མ་གཞན་གྱི་ཡིག་གཟུགས་ལ་  
དཔེ་བཞུས་ཏེ་བཅོས་པ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་མོད། གཙོ་བོ་མངོས་ཆ་ཆེ་ཞིང་འབྲེ་ལྟ་བུ་བདེ་  
བཞིག་དགོས་པར་བརྟེན་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསེར་ཐང་ནང་ད་ལྟོ་བོད་ཡིག་འདི་གུ་ལྟོ་  
ཡི་གེར་དཔེ་བྲངས་ཚུ་ལ་འདྲ་རིས་བཅས་བཀོད་འདུག་པ་དེར་བཞུས་ན་བོད་ཡིག་གི་གཟུགས་  
ནི་གུ་ལྟོ་ཡི་གེའི་གཟུགས་ལ་དཔེ་མངོན་ནས་ལེགས་བཅོས་གནང་བ་ཞིག་མིན་ནམ་ལྟོ།

དེ་ལྟར་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་གསར་གཏོད་མངོན་པའི་ད་ལྟོ་བོད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྱུང་ཡི་གེ་འདིར་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་མཆོད་རང་བཞིན་གང་ཡོད་ཅེ་ན། གཟུར་གནས་མཁས་པའི་བྱ་  
མཆོག་དྲུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས། གཅིག་ནས་སྐྱོར་ཡི་གེ་ཡིན་པས་ཤེས་སྟེ་བ།  
གཉིས་ནས་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་དང་མཐུན་པའི་བདེ་སྟོད་རིག་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་ཡོད་པ།  
གསུམ་ནས་བོད་ཀྱི་འདུས་སྡེ་དང་ས་གནས་སྤྱིའི་ཕལ་སྐད་གཞིར་བཟུང་ནས་བཅོཌ་གནང་མངོན་  
ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ཞིག་ལ། བཞི་ནས་དུས་སྐབས་དང་མཐུན་པའི་མིང་དང་ཆོག་གསར་པ་ཁ་སྐོན་རི་  
འདྲ་བྱེད་དགོས་ཀྱང་ཡི་གེ་གསར་བཅོཌ་དགོས་པས་འདུག་པ་བདེ་བ། རྒྱ་ནས་གནའ་རབས་  
དང་དེང་རབས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་གཉིས་བར་གསར་རྟིང་གི་བྱུང་པར་མེད་པས་སྒྲིག་དཀར་མེད་  
པ། དུག་ནས་ཡིག་པར་འབྲུལ་འཁོར་དང་ལ་ཉིང་ཡི་གེའི་ཐོག་ལེད་སྟོད་གཏོང་བདེ་པོ་ཡོད།  
བདུན་ནས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་བདེ་སྟོད་ཀྱི་སྐབས་བོད་ཡིག་རང་གི་ཐོག་ནས་བྱེད་  
ཐུབ་པ། ཞེས་མཐའ་བསྡུ་མས་མངོན་པ་ལྟར་རོ།

## གཉིས། བོད་སྐད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་བདེ་སྟོད་གཞུང་ལུགས་ བརྩམས་པ།

དེ་ལྟར་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་མཆོག་གིས་ཅུང་སྟོན་ཐོན་རང་བཞིན་གྱི་བོད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྱུང་ཡི་གེ་  
འདི་ཉིད་གསར་གཏོད་གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ །ལེགས་སྐྱར་བདེ་སྟོད་ལ་མིག་དཔེ་བཞུས་

ནས་པོད་རང་སྐད་ཀྱི་ཐུན་མེན་ཁྱད་ཆོས་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པའི་ཡུང་སྟོན་པའམ་བདེ་སྟོད་ཀྱི་  
 བརྟན་བཅོས་བརྩམས་གནང་བ་རེད། དེའི་ཚུལ་ཡང་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་ཏུ་“པོད་དུ་ཐོན་མིས་འཕགས་  
 ཡུལ་མཁའ་པ་ལས། །སྐྱ་རིག་བསྐྱབ་ལ་དཔེ་བྱས་ཡི་གེའི་གཟུགས། །པོད་ལ་ཉེར་མ་ཁྱིའི་འཕྲི་  
 བསྟན་བཅས་པ་དང་། །སྐུ་མ་ཉག་ལ་མོགས་བདེ་དག་གཞུང་བརྟུན་མཛད། །”ཅེས་པ་ལྟར་  
 ཐུ་མིས་པོད་ཡིག་གསར་བཅོ་མཛད་རྩིས་གནང་པོའི་ཀྱ་གར་ཡུལ་ན་སྐྱའི་བརྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་  
 བརྟུན་(ཨིན་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། བི་ག་ལ་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། གཞི་ཏ་ལ་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། ཐུ་ཁི་ཐུ་ཀ་ར་ཆ།  
 ས་མཉུ་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། པ་ཏ་ཏུ་ལི་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། མ་ཐུ་ཏ་ཐུ་ཀ་ར་ཆ། ས་ར་སྐ་ཉི་ཐུ་ཀ་ར་  
 ཆ་བཅས་སོ།) ཡོད་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ་པོད་ལའང་སྐྱ་རིག་པ་དང་ཡི་གེའི་རིག་  
 པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་བརྟན་བཅོས་བརྟུན་མཛད་ནའང་། དེར་སང་རང་པོའི་དབང་པོའི་  
 སྟོད་ཡུལ་དུ་སྐུ་མ་ཉག་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་པ་ནི་དེའི་རྩིས་ཀྱི་དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་  
 སྐྱ་ཀླུ་པ་འུ་ཐུ་མ་བརྟན་ཀྱི་སྤྱིར་རིང་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་ཙུ་གཏོར་རང་བཞིན་གྱི་གོང་ཆག་འབྱུང་  
 སྐབས་ཉམས་བརྟུན་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཚུལ་ཡོངས་གྲགས་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་དང་། ཆོས་  
 འབྱུང་། བདེ་སྟོད་འབྲེལ་པ་རྣམས་སུ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཆོའི་ནང་ད་ལྟའི་སྐུ་མ་ཉག་ལ་དེ་གཉིས་  
 ཐུ་མི་ཨ་ལུས་བརྩམས་པའི་གཞུང་བརྟུན་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་གཞུང་གཉིས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཡ་གྲུལ་  
 གྱི་ཡང་ལེའུ་རེ་རེ་ཡིན་པའི་ཐད་བཞེད་ལུགས་མ་འདྲ་བ་ཕྱན་བྱ་སྤང་བ་ལས་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་  
 སྐུ་མ་ཉག་གྱི་གཞུང་ལུགས་འདི་དག་ཐུ་མིས་བརྩམས་པ་ཡིན་མིན་ཐད་དོགས་པ་དང་སྤྱིར་ཚོད་  
 ཅེ་ཡང་བྱུང་སྟུང་མེད། འོན་ཀྱང་ཉེ་ལམ་རང་ཅག་གི་ཤེས་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔྱད་སྤྱོད་ར་བའི་  
 ནང་པོད་ཀྱི་བདེ་སྟོད་རིག་པའི་རྩ་བའམ་ཕྱི་མོར་གྱུར་པ་སྐུ་མ་ཉག་གྱི་གཞུང་འདི་དག་ཐུ་མི་  
 ཨ་ལུས་བརྩམས་པ་མ་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་རེ་དོགས་འཆང་མཁན་བྱུང་ཡོད་པས་ན། འདིར་དེ་དག་  
 གི་བཤད་ཚུལ་ལ་རྐང་ཚུགས་པའི་གཏན་ཆོག་གྱི་ཀྱབ་སྡོངས་ཇི་འདྲ་ཞིག་མཆོས་མིན་མཐའ་  
 དཔྱད་ཉུང་དུ་དང་བཅས་པོད་ཀྱི་སྐུ་མ་ཉག་གྱི་གཞུང་ཐུ་མི་ཨ་ལུས་བརྩམས་པེས་པའི་རང་ལུགས་

གསལ་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

སྤྱིར་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་བདེན་པའི་མང་གཞི་  
དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཅི་ཙམ་དཔྱད་བསྟར་བྱས་ན་བདེན་པའི་རང་བཞིན་དེ་ཙམ་གསལ་  
ཟབ་དུ་འགྲོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་དང་དེའི་རིག་གཞུང་གི་རྒྱུན་འཛིན་པ་ཆོས་  
ཀྱང་སྡོན་རབས་ཡབ་མེས་མཁའ་པ་དག་གིས་དཀའ་སྤྱད་འབད་འབྱུངས་ཀྱིས་ནང་འདྲེན་དང་  
གསར་གཏོད་མཛད་པའི་རིག་གནས་རྣམས་དང་གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་  
དོན་རྒྱུན་རིགས་ལ་དོགས་སྤོང་བྱེད་པོད་པ་དང་། ལྷ་ཚུལ་འདོན་ཐུབ་པ། བསམ་ཚུལ་བརྗེ་  
རེས་བྱེད་པ་བཅས་ནི་དགོས་ངེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་བཀྲ་ཤིས་སྣ་ནག་  
མ་དང་ལྷན་ཅིག་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟར་གནད་དོན་བཞག་ནས་གང་ཟག་ལ་སྤྲིགས་མཛུབ་སྟོན་  
པ་དང་། བདེན་དོན་ཤེས་བཞིན་ཁྱད་གསོད་ཀྱིས་གཡུགས་ཏེ་ཞེན་ཁོག་ཙམ་ལ་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་  
འཇུག་པ། མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཆགས་འཇིག་ལས་དབང་ལ་མཐོ་བསམ་མེད་པར་རང་  
གཅིག་ཕྱ་མཁའ་འདོད་དང་ངན་གྲགས་བསྐྱབ་འདོད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་པའི་“གྲགས་སྐྱམ་ལ་  
རེ་བས་བཤད་པའི་ཆོག་སྐྱམ་”དག་ནི་གྲུ་བཤངས་ཀྱི་ཡན་དུ་མ་ཤོར་པར་དགག་ཀྱག་མཐའ་  
ནན་བྱེད་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ནི་ལུང་རིགས་གང་གིས་བསྐྱབ་མི་དགོས་པར་སྙིང་  
ཡོད་སྲུང་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། འདིར་སྐབས་བབ་དངོས་དོན་བོད་ཀྱི་ལུང་སྟོན་པའི་  
ཅ་བའི་བརྟན་བཙུག་སྲུང་ཉགས་གཉིས་ཕྱེ་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཕུ་མི་ཨ་ཁུས་བོད་  
ཀྱི་རྩོམ་པ་ལྷན་པའི་གོའི་སྟོན་མཛད་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བརྩམས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དེའི་མི་ཐོག་  
རྗེས་མ་གང་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་མ་ཐུབ་པའི་མཁའ་པ་ག་གོ་མོས་བྱས་ཟེར་མཁན་ཆོའི་འདོད་  
ལུགས་རྣམས་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱལ་ན་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྤང་གཙོ་བོ་གཉིས་ལ་བརྟན་ཡོད་པ་སྟེ།

གཅིག་བརྗེས་སྟོན་རིག་པ་ནི་ཡིག་སྟོན་ཕྱེས་རྗེས་དེ་བཀོལ་སྟོན་ཀྱི་ལག་ལེན་ལས་  
ཐོབ་པའི་སྐད་བཤའི་ངེས་སྟོན་རྣམས་ཕྱོགས་བརྩམས་བྱས་ནས་བྱུང་དགོས་པས་བོད་ཀྱི་ཡི་



ལ་སྦྱངས་པ་ཆེར་མངོན་པས་མཁའ་པ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཏེ་བརྟན་བཅོས་མང་པོ་མངོན། དཔེར་  
ན། བཀའ་ཆེམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྦྱབ་ཐབས་ཆོ་གའི་  
བཅའ་པོ་བརྒྱད། མདོ་སྐྱོར་ལེའུ་སུམ་ཅུ་ཅུག་སྦྱབ་སྐྱོར་ཆེ་ཕན་གཉིས། ཆེན་མོ་ལ་དུག་  
སྐྱོར་དང་གསུམ་སྐྱོར་གཉིས། དེ་གཉིས་ཀྱི་བཤད་ཆོས། སྤྱིའི་ཁོག་དབུབ། སྐོས་ཀྱི་བཤད་  
འགྲེལ། རྟེན་དང་བརྩམས་དོན་རྣམས་དང་། སྦྱབ་ཕན་ལ། རྒྱུ་འབྲེང་བརྩམས་གསུམ་སོགས་  
དང་གཞན་ཡང་ཆོས་སྤྱིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་མང་པོ་མངོན་དེ་”<sup>1</sup> ཞེས་པ་ལྟར་དང་།  
འོག་ཏུ་རིམ་པར་བཅོད་རྒྱུའི་ཐུམ་དང་ཁོང་གི་མཆན་བྲུ་ཆོས་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱད་  
ཉེར་གཅིག་སོགས་ཀྱི་གར་སྐད་ནས་རང་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཡོད་པས་ན་ཆོས་གཞུང་དང་ལོ་རྒྱུས་  
དེབ་ཐེར་ཚོམ་བྱེད་དང་གཞན་སྐད་ལས་རིག་གནས་རྒྱད་ལེན་བྱེད་རྣམས་པ་འདིས་དུས་དེའི་སྐད་  
ཡིག་གི་གནས་ཚད་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་གསལ་པོར་བརྟན་ཡོད།

ཐུམ་ཨ་རུར་གཞུང་ལུགས་གསར་ཚོམ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཡར་ལྗང་དུ་ཆང་བཞི། སྟོན་གྱི་  
ཡིག་ཆང་རྣམས་སུ་འདི་པ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲུལ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་ལྷན་ནས་  
སྒྲིལ་ཡོད་གཞུངས་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་པ་འདིས་ཐུན་མོང་སྤང་ཆོད་རིང་ལུགས་ཀྱི་  
ལྟ་ཚུལ་ལྟར་ན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་སྟོབས་པ་འམ་སྟོབས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་གསལ་  
ལ། རྒྱ་གར་དུ་སྦྱོབ་གཉེར་གནང་བར་ཐེབས་སྐབས་སྤྱི་ཆད་ལ་དེའི་ཕྱིན་ཕྱིན་པར་སྦྱངས་ཚུལ་  
ཡང་འབྱུང་བས་རྒྱ་གར་བ་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་བརྒྱུད་དེས་སྟོལ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་“སྤྱིར་འཇམ་  
སྐྱོང་གི་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་སྒྲིག་ལམ་བཟོ་སྤངས་ཏེ་གཅིག་པ་ཆགས་  
ཡོད་”<sup>2</sup> ཅེས་པ་བཞིན་གཞི་ཚུལ་བརྒྱུད་ཀྱི་རིགས་ལམ་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཆ་མང་དུ་མཆོས་  
སྐབས་རྒྱུ་འབྲེང་བརྩག་ཐབས་ཡོད་པ་ཡང་དཔོག་རྣམས། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་ཚོལ་བྱང་ཡི་  
གེ་འདིའི་རྣམ་གཞག་བྱེ་སྐབས་བོད་ཀྱི་སྐད་བརྒྱུད་དེས་སྟོལ་ལ་བརྟན་ཞིབ་གཟབ་ནན་ཞིག་མ་  
བྱས་མཐུ་མེད་ཡིན་པ་དེས་ན་ཐུམ་ཨ་རུས་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་ཚོམ་བྱུང་ལ་བརྟམས་ཡོད་པ་ཁ་

ཆོན་གཅིད་ཐུབ་པས་“ཆོས་ཉིད་དང་མི་མཐུན་”ཚུལ་གྱི་དུ་མེད་སྟེ།

གཉིས། སུམ་རྟགས་ཅ་བའི་ཆོག་སྒྲིལ་གྱི་དོ་རིང་ཡིག་དང་དུན་ཉོད་ནས་ཐོན་  
 པའི་ཡིག་ཆ་སོགས་དང་མི་འདྲ་ཞིང་དེ་དག་དུ་སུམ་རྟགས་གཞུང་གི་སྒྲིལ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་  
 པ་མང་བས་སུམ་རྟགས་ཀྱི་ཅ་གཞུང་འདི་དག་ཐུ་མི་ཨ་རུས་བཅམས་ཟེར་ན་ཡིད་ཆེས་འཕེར་  
 པའི་དཔང་རྟགས་དང་འགལ་ཟེར། ད་ལྟོ་སུམ་རྟགས་ཅ་བའི་ཆོག་སྒྲིལ་འདི་པོད་བཅན་པོའི་  
 སྐབས་ཀྱི་གནའ་ཚོམ་གཞན་གྱི་ཆོག་སྒྲིལ་དང་བསྐྱར་ན་དེ་བག་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་མངོན་གསལ་  
 ཡང་དེ་ནི་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་གི་སྐད་གསར་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་སོགས་ཀྱི་རིང་  
 ལུས་ཆེན་པ་གཞན་གྱིས་སྟུག་ཅེས་རེག་པའི་སྐབས་ཀྱིས་རེད། དོ་རིང་ཡིག་དང་དུན་ཉོད་ཡིག་  
 ཆ་སོགས་སུ་སུམ་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པ་རེ་བྱུང་མཆིས་པ་བདེན་ཡང་དེ་ནི་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ཞིག་སྟེ། སུམ་རྟགས་ཀྱི་བཤད་རྒྱུ་བྱུང་ཞིང་ལག་ལེན་ལ་མཇུག་བྲིད་བྱས་ནས་མི་ལོ་  
 གཅིག་སྟོང་ལྷག་ཐིམ་པའི་དེང་གི་ཆར་ཡང་པོད་ཀྱི་མཁས་སྤྱན་བར་མས་སྒྲུར་པའི་ཚོམ་ཡིག་  
 སོགས་ཀྱི་ནང་སུམ་རྟགས་གཞུང་གི་སྒྲིལ་ལུགས་དང་འགལ་བ་ཅིས་ཀྱིས་མི་ལང་བ་དེས་པོད་  
 ལ་བདེ་སྟོང་གཞུང་ལུགས་མེད་པ་མཆོན་མི་ཐུབ་པ་བཞིན་ནོ། དུང་ཉོད་ཡིག་སྟོང་སོགས་ཀྱི་  
 ནང་ཐོབ་ཐང་གི་འདུག་ཚུལ་དང་ཡིག་པོའི་སྒྲིལ་སྤངས་ཆེས་ཉུང་དུ་ཅམ་བདེ་སྟོང་ལུགས་དང་མི་  
 མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་ཅ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ནས་སུམ་རྟགས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་གཟུར་  
 གནས་སུས་བཞུས་ཀྱང་མཐོང་ཐུབ་པས་འདིར་ཆོག་དུམ་དངས་ནས་བདེན་དཔང་བྱེད་དགོས་  
 དོན་མ་མཆིས། ཁྱི་སྟོང་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྟེང་དོན་བྱ་བའི་ནང་གསལ་ཡོན་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་  
 བྱེད་མེར་མོ་བར་དཔང་ཐོབ་ངེས་ཅན་ཡོད་མོད། ཅ་བའི་ཐོག་ཆབ་སྟེང་ནི་གསང་རྒྱའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ལ་བརྟེན། རྒྱལ་སྟོན་གྱི་གྲོས་ཆོད་སོགས་དངོས་སུ་ཡིག་བཞུར་བྱེད་མཁན་སྟེང་  
 ཞབས་པ་དག་ཡིན་པས་ཁོ་ཆོའི་བྲིས་ཡིག་ནང་ནོར་འབྲུལ་བྱུང་བར་ཏ་ལས་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད།

དེ་ལྟར་སུམ་རྟགས་ཅ་གཞུང་ཐུ་མི་ཨ་རུས་བཅམས་མིན་དོགས་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་ཆོའི་







ལོ་བཞིར་མཆམས་བཅད། ཡི་གེ་དང་ཆོས་བསྐྱབས་སོ་”<sup>11</sup> ཞེས་གསལ་བ་སོགས་པོད་ཀྱི་ལོ་  
རྒྱུ་ཡིག་ཚང་ལལ་ཆེར་དུ་འབྱུང་བ་བཞིན། དཔལ་མཛད་ས་སྤྱིང་སྟོབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྤྱིང་  
བཅན་སྐམ་པོས་བྱ་མི་ཨ་ཁུའི་ངེས་དོན་རང་བཞིན་གྱི་མཁྱེན་རྩལ་དང་ཡོན་ཏན་གཟིགས་ཏེ་  
རང་ཉིད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྟོབ་དཔོན་དུ་བསྐོ་འཛིག་གནང་ཞིང་། “ལྷ་སའི་སྐྱུ་མཁར་མ་རུར་  
ལོ་གསུམ་(བཞི་ཟེར་མཁར་ཡང་ཡོད།) ཀྱི་བར་སྐྱུ་མཆམས་བཅད་དེ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡིག་རིགས་  
དང་རིག་གནས་བཅུ་ལྔ་མིང་ཆོག་ཅོད་གསུམ་མ་ལུས་གདམས་པས་མཁའ་པའི་གོ་འཕང་ལ་མངའ་  
དབང་བསྐྱར་”<sup>12</sup> ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། ལོ་གསུམ་མམ་བཞིའི་རིང་ཆབ་སྲིད་དང་དམག་དོན་  
ཀྱི་བྱ་གཞག་གལ་གནད་ཆེ་རིགས་ཡར་ལུ་བྱེད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་མགར་སྟོང་བཅན་  
སོགས་སྟོན་པོ་ཆོས་རང་ཐག་རང་གཅོད་བྱེད་ཆོག་པའི་འགན་བསྐྱར་ནས་ལྷ་སའི་སྐྱུ་མཁར་མ་  
རུ་བྱ་བའི་ནང་བྱ་མི་ཨ་ཁུ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ཏེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་རིག་པ་དང་། ལྷ་  
རིག་པ། ཆོད་མ་རིག་པ། ལྷན་ཆོག་རིག་པ་སོགས་ལ་སྦྱངས་བཅོན་གནང་ཞིང་། ལྷག་  
པར་དུ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ཉིར་གཅིག་སོགས་སྤྱུའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་  
ཁག་གཅིག་ལ་ཐོས་བསམ་སྟོན་གསུམ་གྱིས་དངོས་སྤྱིང་གཟུབ་ནན་བྱས་ཤིང་། སྤྱིང་བཅན་  
གྱིས་བྱ་མི་ཨ་ཁུ་དེ་ཉིད་བྱན་མོང་རིག་གནས་ཙམ་མ་ཟད་སྤྱུའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྟོབ་  
དཔོན་དུ་བསྟེན་ཇེས་“བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་བཅས་སུ་དགོངས་ནས་སྟོན་པོ་ལ་བཀུར་བསྟོར་  
ཆེར་མཛད་”<sup>13</sup> ཇོ། །རྒྱལ་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་མི་ལུགས་སམ་སྐབས་དེའི་སྲིད་འཛིན་སྤྱིག་གཞིའི་  
གོ་ཐོབ་ཀྱི་རིམ་པ་ལྟར་ན་འོས་ཤིང་རིགས་པ་མ་ཡིན་མོད། རང་ཉིད་ལ་མ་ཞོར་ལམ་བཟང་  
སྟོན་པའི་སྐྱུ་མཁར་སྟོབ་དཔོན་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཡིན་པས། ལྷ་མ་མེད་པའི་  
གོང་རོལ་ན། །སངས་རྒྱུས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་མེད། །ཅེས་རང་གི་སྐྱུ་མར་བསྟན་པའི་བདག་  
པོ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་ལས་ཀྱང་བཀུར་གཟོས་དང་གོང་མཐོར་བཅུད་གོས་པ་སྤྱུའི་རིང་ལུགས་  
ཀྱི་རྩ་དོན་ཞིག་ཡིན། གནས་ལུགས་དེ་མཛོགས་པའི་དབང་གིས་སྐབས་དེའི་སྟོན་པོ་འགའ་

[illegible]

མེད་པཅན་སྐམ་པོ་དང་ཐུ་མི་ཨ་རུ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི། དམ་པ་ཆོས་ལྷན་མཉམ་  
ཆ་མེད་དང་། འཛིག་རྟེན་མེད་ལྷན་ནས་རྒྱལ་ཁྲོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞིང་། མེད་པཅན་གྱིས་  
ཐུ་མི་ཨ་རུ་དཔེ་ཀན་དུ་བརྟེན་པ་དེས། “གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོས་ཆོས་ཀྱི་བདག་པོ་མང་དུ་ནས།

སྤྱོད་རས་གཟིགས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་དང་། འཕགས་པ་གཤིན་ཇིའི་གཤེད་དང་། ཆོས་སྤྱོད་མགོན་  
པོ་དང་། ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་མང་དུ་གསུངས།”<sup>16</sup> ཞེས་ཁོང་པར་ཡང་དག་  
པའི་ཆོས་ལུགས་བསམ་སྒྲིའི་གོ་རྟོགས་བསྐྱེད་པ་མ་ཟད། མ་ཁི་བཀའ་འབུམ་སོགས་ཆོས་ལུགས་  
ཀྱི་ནང་དོན་ལྡན་པའི་གཞུང་གསར་ཅོམ་དང་། གསང་སྤགས་རྒྱུད་སྡེའི་གདམས་པ་གཞན་  
ལ་སོགས་པས་བོད་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་བཀོད། ལུང་རིགས་ཀྱི་ཆོས་མང་དུ་སྤེལ་། ཞེས་བོད་ལ་  
གྲུའི་རིང་ལུགས་ཐོག་མར་དར་བ་དང་། གོང་དུ་རིབ་ཅམ་སྤྱོད་པ་ལྟར་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་  
བཅུ་འམ་དགེ་བཅུའི་ཆོས་ཁྲིམས་ཆབ་སྲིད་ནང་བཅུག་པ་དེས་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་  
སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལུགས་བཟང་པོའི་དབུ་བརྟེན་པ་དང་། སྤྱི་ཆེའི་སྤང་གྱི་བོད་ཁམས་  
གཅིག་གྱུར་མཛད་པ་སོགས་འཛིན་ཏེན་སྲིད་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱ་གཞག་ཁག་བསྐྱབ་པའི་  
འཛོན་ཐང་དང་སློབ་གྲོས་ཀྱི་བྱང་ཆད་ཀྱང་སྤྱི་མི་ཨ་རྒྱལ་སྤྱོད་མོང་དང་སྤྱོད་མིན་གྱི་ཤེས་རིག་སྒྲོབ་  
གསོས་སྤྱོད་སྲིད་བྱས་པ་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད།

གངས་ལྗོངས་རིག་པའི་སྤྱོད་དུ་ཡིག་སྒྲིག་གི་གྲུ་ཐོག་མར་བཅུགས་པ། དེ་  
ཡང་དེབ་ཐེར་རྩོགས་ལྡན་གཞིན་ཏུའི་དགའ་སྟོན་ལས་“རྒྱལ་སྤྱོད་གཉིས་པོ་བྱང་མ་རུར་ལོ་གསུམ་  
མཆོམས་བཅད་དེ་ཡི་གེ་དང་སྤྱོད་ནམས་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་མཛད་པས་མཁས་པའི་དཔྱད་དུ་གྱུར་ཀྱང་  
དེའི་ནང་དུ་བོད་སྐད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྤྱོད་དང་ཡིག་རིགས་མི་འདུག་པར་དགོངས་ནས་སྤྱོད་  
པོར་གསུངས་པས། ཐོན་མིས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ཐུགས་རྗེའི་ཆར་  
གྱིས་ཡིད་ཀྱི་ཁིང་ས་བརྒྱན་པ་ལས། བོད་ཀྱི་ཡི་གེའི་གཟུགས་སྤེབ་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་ཐུ་གྲུ་གར་  
པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་གྱུར་”<sup>17</sup> ཞེས་པ་ལྟར། ཐུ་མི་ཨ་རྒྱལ་སྤྱོད་བཅོན་ལ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་  
སྐད་ཡིག་དང་དེ་སྟེང་གི་ཆོས་རིག་བསྐྱབ་མཛར་རྒྱལ་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱིས་རང་ལ་ཡིག་སྒྲིལ་དགོས་  
གལ་ཆེ་སྐྱོར་བཀའ་བསྐྱོར་མཛད་ནས་ཐག་གཅོད་གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་བཞིན། ཐུ་མི་ཨ་རྒྱལ་  
བོད་རང་སྐད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་མཆོན་པའི་ཡི་གེ་དང་བད་སྟོད་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྤེལ་གསར་ཕྱེས་



ལྷགས་སྒྲིལ་ཙམ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་ད་དུང་སྒྲོབ་བྱ་ཚུགས་མེད་པ་དང་། བོད་ཀྱི་སྒྲོབ་བྱའི་  
ཐོག་མ་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟེ་བཅན་སྐབས་སུ་བྱུང་ཚུལ་གསུངས་པ་དག་གཞི་འཛིན་མའི་ཁྲུངས་  
ལུང་མེད་པར་འོལ་ཆོད་དུ་བཤད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྒྲོབ་བྱའི་ཐོག་མ་སྤྱི་སྤྱོད་རིང་ཚུགས་  
ཟེར་ན་ཁོང་བཀོད་སྒྲོང་ཆེན་ཆོས་འབྱུང་གི་ལུང་ཁྲུངས་དང་འགལ་བ་མ་ཟད། ཐུ་མི་ཨ་རུས་  
བོད་ཡིག་བཅོས་ཤིང་བདེ་སྤྱོད་བཅའ་སྡེ་སྤྱི་ཆོག་སྤྱོད་ཅན་དང་ཡོངས་ཁྲབ་  
ཅན་དུ་ཁྲབ་གདལ་བྱེད་པ་དང་། བོད་ཐུག་སྐད་གཉིས་སྒྲ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྩམ་གོམ་དང་ལྷ་ལུང་  
དེ་དེ་དཔལ་སོགས་གསལ་སྤྱོད་བྱ་བར་ཡང་“རིག་གནས་སྒྲོབ་གསོ་དང་། ཀུན་སྤྱོད་སྒྲོབ་གསོ་  
སོགས་སྒྲོབ་གསོའི་རིགས་ནམས་སྒྲིག་འཇུགས་ཡོད་པའི་སྒྲོན་ནས་མ་བྱས་ན་སྒྲོབ་གསོ་བྱ་ཡུལ་  
ཀྱི་མི་ནམས་བསམ་སྒོ་གཅིག་གྱུར་དང་། བྱ་སྤྱོད་གཅིག་གྱུར། རེ་འདུན་དང་ཐུགས་བསམ་  
གཅིག་གྱུར་བཅས་ཡོང་མི་ཐུབ་པས་སྒྲིག་འཇུགས་བྱེད་པ་ནི་དོན་སྙིང་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་  
ཞིག་རེད།”<sup>11</sup> ཅས་པ་ལྟར་རྒྱལ་ཁབ་བཅའ་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དར་ཀློང་གཏོང་  
བར་ཐུན་མོང་གི་སྒྲིག་འཇུགས་ཤིག་ངེས་པར་དུ་གལ་ཆེ་བ་སོགས་སྤྱོད་བཅན་རིང་སྒྲོབ་བྱའི་  
སྒྲིག་འཇུགས་ཡོད་དགོས་པའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད།

བོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཡིག་སྒྲིག་གི་བྱ་དེ་ལ་སྒྲོབ་བྱ་ཞིག་གི་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཆང་  
ཡོད་དེ། དགེ་ཆན་ནི་ཐུ་མི་ཨ་རུ་གཙོ་བོ་དང་རྒྱ་གར་སོགས་ནས་གདན་དྲངས་པའི་པ་རྒྱེ་ཏ་  
ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་སྒྲོབ་སྤེལ་བྱས་ཡོད་ངེས་དང་། སྒྲོབ་མ་ནི་སྤྱོད་བཅན་དང་གཞན་བོད་  
འབངས་ཁྱིད་ནས་ལྷ་ལུང་དེ་དེ་དཔལ་སོགས་སྒྲོབ་བྱའི་སྒྲོབ་མ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲོབ་ཁང་ནི་ཐོག་  
མར་སྐྱེ་མཁའ་མ་རུ་དང་རྗེས་སུ་འཕུལ་སྤངས་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་བྱས་པ་དང་། ཁྱིད་གཞི་  
ནི་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་ཤུག་ཀྱི་རིང་ལུགས། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་བདེ་སྤྱོད་  
རིག་པ་སོགས་ཡིན་ཞིང་། འཛིན་བྱ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཛིན་བྱ་གཅིག་དང་། ཡིག་བསྐྱར་  
ཀྱི་འཛིན་བྱ་གཅིག བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་བྱ་གཅིག་བཅས་གསུམ་ཡོད་





གང་ཡང་མིན་པར་རང་ཅག་མི་རིགས་འདིའི་རྒྱབས་ཆེན་ཡབ་མེས་དམ་པ་ཆོས་དཀའ་སྤྱད་འབད་  
འཐབ་གངས་མེད་བརྒྱད་གསར་གཏོད་དང་སྤྱད་ལེན་བྱས་ཏེ་མི་རབས་ཕྱི་མར་ལེགས་སྐྱེས་སུ་  
བཞག་པའི་མོར་རྟེན་གཤམ་ཡིན།

པོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་པོད་ནི་སྟོན་འཛིན་གིས་ཤེས་རིག་གཞན་  
རྟེན་ཅན་གྱི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་སྟོན་ཆེན་རྟེན་གྲུབ་པ་སྟེ། ཏུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་  
ཞང་པོད་མི་རིགས་གཉིས་གཅིག་འདྲེས་སུ་མ་གུར་སྟོན་པོད་མི་ཆོས་ཞང་ཞུང་ཡི་གེ་སྤྱད་ཅིང་  
ཞང་ཞུང་གི་ཤེས་རིག་གིས་རིག་གནས་བསམ་སྒྲོའི་དགོས་མཁོ་བསྐྱངས་པ་དང་། ཞང་པོད་  
གཅིག་ཏུ་གུར་རྗེས་ཀྱི་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ཤེས་རིག་སྤྱི་མང་ནང་འདྲེན་ཐོག་རང་ཉིད་ཅན་ཏུ་  
བསྐྱར་ནས་དེ་ཉིད་རིག་གནས་འཆོ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་གཙོ་བོར་གཅིགས་འཛིན་བྱས་པ་རེད། རང་  
ཉིད་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་གཞན་གྱི་དགེ་མཚན་དང་བཟང་པོའི་ལེགས་ཆ་རྒྱུད་ལེན་ཕྱེད་པ་ནི་མི་རིགས་  
ཤིག་ལ་མཚོན་ན་བསམ་སྒྲོའི་ཆུ་ཆད་རེས་ཅན་ཞིག་ལ་སོན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཡིན། པོད་  
ཀྱིས་རང་གི་སྐད་ཡིག་རྟེན་དུ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ནང་འདྲེན་ཕྱེད་པའི་ཡིག་སྐྱར་  
གྱི་སྟོན་ཏུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཐོག་མར་ཚུགས་པ་ནི་ཁྲུང་ས་དང་ཤེས་ཕྱེད་མང་པོ་འདྲེན་  
མི་དགོས་པར་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་དང་དུ་ལེན་པའི་མ་མཐའི་ཆ་རྒྱུན་ལ་རང་སྐད་དང་མཐུན་  
པའི་ཡི་གེ་ཞིག་དགོས་སྟབས། ཏུན་ཏོང་ཡིག་རྩིང་དང་། རྩའི་ཐང་དེབ། རྩུ་ཆོས་འབྲུང་  
སོགས་དབྱེད་ཡིག་ཆད་གཟུང་འཕེར་བ་དག་ཏུ་དེའི་གོང་པོད་རང་ལ་ཡི་གེ་མེད་ཚུལ་བཤད་  
པའི་ཡིག་ཆང་གི་བདེན་པ་དང་། གཉན་པོ་གསང་བའི་ཆོས་གཞུང་སྟོང་བཅན་བར་བསྐྱར་  
མ་ཐུབ་པར་ལུས་པའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་སོགས་ཀྱིས་པོད་ལ་དེའི་གོང་ཡི་གེ་མེད་པ་ཐག་  
བཅད་ཡོད་པས་པོད་ཡིག་རྟེན་གཞན་གྱི་རིག་གནས་བསྐྱར་ཞེས་པ་དེ་བས་ཀྱང་སྟོན་བྱལ་རེད།  
འོན་ཆེ་མི་གཤེན་གྱི་མི་རྒྱལ་གྱི་པོན་བསྐྱར་ཟེར་བ་སོགས་སྟོང་བཅན་ཡར་སྟོན་པོན་བསྐྱར་  
ཚུལ་གསལ་བ་དེ་ཅི་ཞེན་སྤྱིར་གཡུང་བྱུང་པོན་གྱི་འབྲུང་གནས་ནི་གནའ་པོའི་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་

ཁབ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་བཅན་སྤྱི་བོད་མི་ཆོས་བོན་ཉམས་སྤེལ་ཆེད་ཁང་ཡིག་སྤྱི་ཡོད་ནའང་ཁང་ཡིག་སྤྱི་བོན་ཁང་ཡིག་ཐོག་ཡིག་བསྐྱར་བྱས་ཟེར་སྤེལ་མེད་པས་དེ་ནི་“ངག་བསྐྱར་བྱས་པ་ཙམ་ལ་གོ་ན་བདེན་འབྲེལ་ཆེ་བར་མཐོང་།

ཕྱི་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་མི་རྗེ་སྤྱི་བཅན་སྤྱི་བོད་པ་ཀའི་འཕུལ་ཆོན་ཉམས་སྤེལ་བོད་ཆེན་པོའི་ཡུལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཏེ་སྤྱི་དབང་བཅུགས་རྗེས་དེ་སྤྱི་བཅན་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་དུ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་དང་བྲིམས་སྤེལ་གཏན་འབེབས། དམག་དོན་སྤྱི་བས་བྱགས་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་མངོན་ཅིང་། བོད་རང་སྐད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་ཡིག་སྤེལ་གསར་སྤྱི་གཞི་དང་རྗེས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ལ་གཙུག་ལྷན་སྤྱི་གཞི་ལེན་བྱེད་མགོ་བཙུགས། དེ་ཡང་སྤྱི་བས་དེར་ཨེ་ཤ་ཡའི་ཁྱོད་ལ་སྤྱི་དབྱེར་རིག་གསུམ་དར་བྱས་ཆེ་བའི་བོད་ཀྱི་བྲིམ་མཆོས་ཀྱི་ཁབ་ཁབ་ནས་ཕྱི་གཏེར་ནང་འདེན་བྱས་ཚུལ་ནི། “གར་སྤྱི་གས་ཀྱི་དང་མི་ཉག་ནས། །བཟོ་དང་ཅིས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུ་ལེན། །སྤྱི་གས་དཀར་པོའི་ཀྱ་གར་ནས། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་ཉམས་བསྐྱར། །རྒྱུ་སྤྱི་གས་སྤྱི་གས་པོ་བལ་པོ་ནས། །ཟས་མོར་ལོངས་སྤྱི་གཏེར་ཁ་འབྲེད། །བྱང་སྤྱི་གས་ཏོར་དང་ཡུ་གར་ནས། །བྲིམས་དང་ལས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུ་ལེན། །”<sup>1</sup> ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱི་བས་དོན་ཀྱི་གར་ནས་བྱུང་བའི་རིང་ལུགས་ཚུར་ལེན་བྱས་ཚུལ་ནི། དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཕྱེད་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་དགའ་ལས་“ཀྱ་བལ་མཁས་པ་དུ་མ་སྤྱི་བཅན་ཅིང་དར་བར་མངོན། །ཀྱ་གར་གྱི་སྤྱི་བཅན་པོ་ལྷ་ས་ར་དང་བུ་མ་ཟེ་གང་ཀ་ར་དང་། །ཁ་ཆེ་ཏ་ཏུ་དང་། །བལ་པོ་ཕྱི་ལ་མཆུ་དང་། ཀྱ་ནག་ཏ་གང་མ་དུ་དེ་མ་ཆེ་རྒྱུ་ལེན། །ལོ་ཙྰ་བཟོན་མི་སམ་སྤྱི་ཏ་དང་དེའི་མཆོན་བུ་རྩ་ཀོ་ཏ་དང་། །རྩ་ལུང་རྩི་རྩི་དཔལ་སྤྱི་གས་ཀྱིས་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཏོག་གི་གཟུངས། །ཟུ་བུ་སྤྱི་གས་ལ། དཀོན་མཆོག་སྤྱི་གས་བསྐྱར་ཅིང་གར་སྤྱི་གས་སྤྱི་གས་བསྐྱར་པ་ཡང་བསྐྱར་བར་གྲགས། །གཙོ་བོར་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་མདོ་རྒྱུད་ཉི་ཤུ་ཙྰ་གཅིག་བསྐྱར་”<sup>2</sup> ཅེས་གསལ་པ་ལྟར་ཀྱ་བལ་

སྟོན་མཁའ་འགྲུ་ལྟེ་མེ་མེ་གྱི་ཀླུ་མཆོན་དུ་མ་པོ་དེ་དུ་གདན་དྲངས་ཤིང་“དེ་ནམས་ལས་ཀྱི་གར་གྱི་སྟོན་  
དཔོན་ཀྱིས་པའི་ཡོན་པདག་པལ་བཟའ་བྲི་བཅུན་གྱིས་བྱས། ལོ་ཙྰ་བ་ཐོན་མིས་བྱས། བམ་  
ཟེ་ཤང་ཀ་པའི་ཡོན་པདག་ཀྱི་པོས་བྱས། ལོ་ཙྰ་བ་རྒྱུ་ཀོ་ཤས་བྱས། ཀྱི་ནག་གི་མཁན་པོའི་  
ཡོན་པདག་ཀྱི་བཟའ་ཀོང་ཇོས་བྱས། ལོ་ཙྰ་བ་ཡང་ཀོང་ཇོ་ཉིད་དང་ལྷ་ལྷང་དོ་ཇི་དཔལ་གྱིས་  
བྱས། བལ་པོ་དང་ཁ་ཆེའི་ཡོན་པདག་པལ་བཟའ་བྲི་བཅུན་གྱིས་བྱས། ལོ་ཙྰ་བ་ཡང་བྲི་བཅུན་  
ཉིད་དང་ཐོན་མིས་བྱས་”<sup>14</sup>ཤིང་། བོད་ཡུལ་གངས་རི་ཙེ་དགའི་སྤྲོང་ས་སུ་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་པའི་  
མི་ནམས་ཀྱི་བསམ་སྟོན་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་བཀྱི་བ་དང་། གཅིག་གྱུར་གྱི་ཀྱན་སྦྱོར་  
བཟང་པོ་འཇགས་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ། “ཀྱུ་པའི་པག་འབའི་ན། སྟོན་དཔོན་ཀྱིས་རས་མངོན་  
པའི་སྤྲོད་དང་། ས་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྟོར་བསྐྱར། བལ་པོའི་སྟོན་དཔོན་སྟོན་གྱིས་མདོ་སྤྲོད་  
སྤྲོད་དང་། སལ་ཆེན་དང་། སྐྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ནམས་བསྐྱར། བམ་ཟེ་ཤང་ཀ་  
རས་འདུལ་བའི་སྤྲོད་དང་གྱི་ཡའི་མདོ་རྒྱུད་ནམས་བསྐྱར། ཀྱི་ནག་གི་མཁན་པོས་སྟོན་དང་དབྱེད་  
ལ་སྟོན་པ་བསྐྱར་”གནང་བ་རེད།<sup>15</sup> ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་སྟོན་གྱིས་བསྐྱར་པའི་མདོ་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་  
ཅས་པ་ནི། ༡༽ ཟ་མ་ཏོག་བཀོད་པ། ༢༽ ཐུག་སྟོང་ཐུག་སྟོང་གི་གཟུངས། ༣༽ པརྒྱ་སྟོང་  
པོའི་མདོ། ༤༽ ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་མདོ། ༥༽ བཅུ་གཅིག་ཞལ་གྱི་གཟུངས། ༦༽ རྟོན་  
ཡོད་ཞགས་པ། ༧༽ རྟོན་ཞགས་ཕྱི་མ། ༨༽ པརྒྱ་མཆོག་ ༩༽ དབང་བསྐྱར་འཁོར་ལོ།  
༡༠༽ ཆོ་ག་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུད། ༡༡༽ ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཟུངས། ༡༢༽ སྟོང་ཇི་ཆེན་པོ་  
མི་གཤོལ་པ། ༡༣༽ འོད་ཟེར་ནམ་བཀོད། ༡༤༽ པརྒྱ་ཙོད་པན་གྱི་རྒྱུད། ༡༥༽ ཡི་གེ་དུག་  
པའི་མདོ། ༡༦༽ དམ་ཆོས་པད་དཀར། ༡༧༽ ཐུ་རྒྱ་རི་ཀའི་མདོ། ༡༨༽ རྒྱ་རྒྱུང་སྟོན་གས་  
པའི་མདོ། ༡༩༽ སྤང་བ་རོལ་བའི་མདོ། ༢༠༽ མཆོན་བརྒྱུད་ཙེ་བརྒྱུད་པ། ༢༡༽ མཆོན་  
རབ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་མདོ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་ལས་འོད་ཟེར་ནམ་བཀོད་དང་།  
རྒྱ་རྒྱུང་སྟོན་གས་སྤང་བ་རོལ་པ། མཆོན་རབ་ཡོངས་བསྟན་པ་ནམས་དེང་སང་བཀའ་འགྲུར་

གསུམ་མེ་སྤང་པ་མ་གཏོགས་གཞན་ནམས་ཕྱིས་སུ་འགྱུར་བཅོས་བྱས་པའི་བྱང་པར་ཅམ་ལས་  
ཆང་མ་ཡོད་ཅེས་ཆོས་འབྱུང་མཁས་དགའ་སོགས་སུ་བཤད།

གཞན་ཡང་སྤྱི་ཕྱི་ཐོ་ཐོ་འི་གཞན་བཅོན་གྱི་སྒྲིབ་པ་པཱི་ཏ་སྒྲིབ་སེམས་མཆོད་པ་ལ་  
ཙུ་བ་ལི་ཐེ་མེ་གཉིས་ཀྱིས་བོད་དུ་བྱུང་འི་རིང་ལུགས་སྤེལ་བྱུང་བའི་མེགས་ལུ་བཟུང་ནས་འབྱེར་  
འོངས་པའི་གཞན་པོ་གསང་བར་གྲགས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཉེན་རྫས་ལས་ཅི་མ་ཆིའི་གཟུངས་  
དང་། ཟ་མ་ཏོག །པང་ཏོང་། མདོ་སྤེལ་སྤེལ་མེ་འབྱེད་ནམས་ཀྱང་ཐུ་མིས་བསྐྱུར་པར་མཛད།  
དེས་ན། “སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་སོགས་ཆོས་དུ་མ་བསྐྱུར་པ་ནི་རྫོངས་  
འདིར་ཆོས་བསྐྱུར་པའི་ཐོག་མ་ཡིན་ནོ།”<sup>༡༥</sup> ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། སྤོང་བཅོན་རིང་ཐུ་མི་ཨ་  
རྒྱུས་རྒྱུང་འགན་བཞེས་ཏེ་བསྐྱུར་པ་འདི་དག་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་འི་ལུགས་ཐོག་  
མར་བོད་དུ་བསྐྱུར་པ་ཡིན་ལ། “མཁན་པོ་ལོ་ཙཱ་འི་ཐོག་མ་འདིའི་ །བཀའ་དྲིན་བོད་ཀྱིས་རི་  
ལྟར་བྱེད། །”<sup>༡༦</sup> ཞེས་པ་ལྟར་འཛིག་ཉེན་མིག་གཅིག་ཐུ་མི་ཨ་རྒྱུས་མཆོག་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པའི་  
དང་བོད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཐུ་མི་ཨ་རྒྱུས་རྒྱུང་འགན་བཞེས་ཏེ་བོད་དུ་རྒྱལ་བ་བྱུང་ཐུ་མི་  
རིང་ལུགས་བསྐྱུར་ལེན་གྱི་མགོ་བརྩམས་པ་དེ་ནས་བཟུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་རིམ་སོ་སོའི་ནང་བོད་  
མི་ཆོས་དར་བྱས་གོང་འཕེལ་བྱ་ཆེར་བཏང་སྟེ་ད་ལྟེ་མདོ་སྤེལ་སྤེལ་ཀྱིས་བསྐྱུར་པའི་བྱུང་འི་རིང་  
ལུགས་ཀྱི་གཞུང་མ་ལག་ཆང་བཞིག་མཆིས་པ་འདི་འཛམ་གླིང་གར་རྒྱབ་གང་སར་དཔེ་མཆོན་  
གཉིས་པ་རྩེད་དུ་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་རྩ་ཆའི་གཅེས་ཅོར་དུ་གྱུར་ཡོད།

དེས་ན། ཁང་ཁུང་ཐེ་བའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ལོ་རྒྱུས་ལ་ད་ཕན་མི་ལོ་སྤུམ་སྟོང་དགུ་  
བརྒྱ་ལྷག་འདྲེད་རྒྱ་ཡོད་ཚུལ་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་དབང་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིམ་  
ཆོག་བཞག་པ་དོན་ལའང་གནས་ངེས་ཀྱང་། དུས་རབས་བདུན་པའི་ཆར་ཐུ་མི་ཨ་རྒྱུས་རྒྱུང་  
འགན་བཞེས་ཏེ་བྱུང་འི་རིང་ལུགས་སོགས་ཀྱི་གར་གྱི་རིག་གནས་ཁག་ནང་འདྲན་བྱས་ཏེ་རང་  
ཉིད་ཅན་དུ་བསྐྱུར་པ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཡོད་རིག་གནས་ལ་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་

ཐོག་བྱང་ནས་གསོན་ཉམས་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་སྤྲོས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བའི་རིག་གནས་བཟང་པོའི་  
མ་ལག་ཅིག་གྲུབ་པ་ནི་ཁས་མི་ལེན་ཐབས་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་བདེན་པ་ཉག་གཅིག་ཡིན།  
ཕྱི་གཏེར་ནང་འདྲེན་གྱི་དབུ་ཚུགས་པའི་ཐོག་མའི་དུས་རིམ་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་  
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྐབས་ཆེན་འགྱུར་མཆོམས་ཤིག་དང་། བོད་དེ་ལག་ལེན་ངོ་མའི་ཐོག་ཤེས་རིག་  
དང་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཤིག་ཏུ་འཕོ་བསྐྱེད་ཤེད་མགོ་ཚུགས་པ་ཡིན། དུས་  
ཡུན་དང་མི་འཛོམས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ལ་སྟོས་ནས་བོད་དེ་འཇམ་མེད་ནང་རིག་གཞུང་བརྩམས་ཆོས་  
གྱི་བསྟོམས་འཛོམས་མང་ཤོས་ཡིན་པའི་རྩྭ་མེད་བདེན་དོན་དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན་ཆོས་རྒྱལ་  
ལོ་པའ་དག་གི་བསྟན་པ་དང་མི་རིགས་ལ་དམིགས་པའི་སྟུག་བསམ་དང་། དཀའ་སྤྱད་འབད་  
འཐབ་ཀྱི་སྤྱིང་རུས། སྤུས་ཀྱང་དོ་རྒྱ་མེད་པའི་ནམ་དཔྱིད་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན།  
ང་ཚོ་བོད་དང་བོད་ཀྱི་བླ་སྟོན་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་གི་བདག་པོ་ཆོས་ཀྱང་བྱ་མི་ཡ་ནུ་སྟོན་ལ་བ་  
མས་དམ་པའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་དང་འབྲེལ་ཁོང་ཆོའི་བླ་མེད་གཤེས་སྤྱོད་ལ་ཁ་མིག་ཡར་རྟེན་  
སྤྱོད་སྤྱོད་ཤེད་རྒྱ་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་ཤེས་ནས་བདག་སྤྱོད་རྒྱུན་འཛིན་ཤེད་  
དགོས་པའི་རྩ་དོན་ནི་ནམ་ཡང་གཡོལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ།

## ཨ། རྒྱལ་པོ་ནས་བརྩམས་མེ་བསུ་བའི་གལ་ཆེའི་རྒྱལ་འབྲེལ་བྱ་བར་སྟོབས་ ཤུགས་ལུལ་བ།

སྟོན་དང་ད་ལྟའི་རྒྱལ་ཁབ་བཅའ་རིགས་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ལམ་  
དེས་ཕན་ཚུན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཁྲིན་ཡོངས་ནས་ཤེས་རྟོགས་དང་། སྤྱིད་འཕྲོར་རིག་གསུམ་དར་  
རྒྱས་གོང་འཕེལ་ལ་སྐྱེལ་འདེད་ཟབ་མོ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རང་དབང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་  
འབྲེལ་བྱ་བ་དེས་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་གི་ཆོས་མཐོའི་བདག་དབང་གི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་  
སྟོན་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་རང་འགྲུལ་ལམ་གཞན་གྱི་ཆོད་མེད་སྤངས་འཛིན་འོག་ཕྱི་འབྲེལ་བཀག་

སྤོང་བཅན་སྐམ་པོས་བྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་ནག་གི་སྐམ་མོ་དག་ཁབ་  
 ཏུ་བྱངས་ནས་གཉེན་འབྲེལ་བཟུང་པའི་དགོས་དམིགས་ཐད། ཆོས་བྱེད་མི་སྡེ་ཡིན་པའི་སྤོན་  
 ཆད་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིམ་ཁན་ཆོས་་་སྤོན་པའི་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་དང་བཅུ་གཉིས་པའི། །སྤྱི་ཆད་  
 གར་བལྟགས་ཐེག་ཆེན་དར་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་པོད་ཀྱི་ཡུལ་ཏུ་སྤྱན་འདྲེན་སྤངས། །རང་བྱུང་  
 ཉེན་ལ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བཏབ་ཆོ། །བྱུགས་ཀ་ནས་ནི་འོད་ཟེར་རྣམ་གཉིས་བྱུང་། །རྒྱ་ནག་  
 དང་ནི་བལ་པོའི་ཡུལ་ཏུ་སྤོང་། །སྤུལ་པའི་རྩ་གཅིག་རྣམ་གཉིས་བལྟགས་པར་གཟིགས། །དེ་  
 གཉིས་ཁབ་ཏུ་བཞེས་ན་སྤྱི་གཟུགས་གཉིས། །དམ་ཆོས་དང་བཅས་སྤྱན་འདྲེན་རྒྱས་པར་དགོངས།  
 །” ཞེས་པ་རྩམ་པོད་ཏུ་བྱུག་པའི་ཡུགས་དར་བར་ཆོས་ཡུགས་ཀྱི་ཉེན་རྩིས་ཅ་ཆེན་ངོ་བུ་ཀ་  
 གཉིས་གདན་བྱངས་ཆེད་ཡིན་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་མི་སྡེ་མང་པོས་དེང་སང་སྤྱིད་  
 འོན་ཏོག་བཅུག་སོགས་དགོས་དབང་སྤྱི་ཆོགས་ཆེད་ཨེན་གཏེ་མིའི་ཆོག་དུམ་“དབང་བསྐྱར་གྲལ་  
 རིམ་བར་གྱི་གཉེན་འབྲེལ་ནི་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་དགོས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་” ཞེས་པའི་རྩ་ཚུལ་དང་མཐུན་  
 པར་སྤྱིད་འོན་དགོས་མཁོ་འབབ་ཞིག་ཏུ་བཤད་འབྱེད་བྱེད་པའི་རྩ་སྤྱངས་སྤྱི་བྱི་གཉིས་ལ་ལོ་  
 རྒྱས་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་མཆོན་མི་བྱུང་པའི་སྤྱིགས་སྤྱང་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད། དེ་ཡང་གསལ་པོར་  
 བཤད་ན། རྩ་མས་ཆོས་ཡུགས་བསམ་མཐོའི་འདུ་ཤེས་གཙོར་འདོན་བྱས་པ་ལས་སྐབས་དེའི་

གཅིག་གྱུར་ཆེན་པོ་ཕྱུང་མ་ཐག་པའི་པོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་སྤྱོད་བཟུང་དང་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་ཁྱོལ་གྱི་གཏོང་བའི་བྱ་གཞག་ཁྲིད་ཀྱི་ཕྱི་འབྲེལ་གྱི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་སྣང་མེད་དུ་བཞག་ཡོད་ལ། ཕྱི་མས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱོད་ཡོངས་དང་ལྷག་པར་ཆུ་མཚན་སོགས་མཐོ་རིམ་དབང་བསྐྱར་མེས་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་འཛིན་ཏེན་ལྷ་པ་ཆོས་མེད་རིང་ལུགས་པ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་ནོར་འབྲུལ་ཕྱུང་ཡོད། དེས་ན་བཀུར་འོས་མཁའ་དབང་དུང་དཀར་ཆོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས། “ཆུ་པོ་སྤོང་བཅན་སྐམ་པོས་སྲིད་དབང་བཟུང་རྗེས་བཙུན་མོ་འགའ་ཞིག་སྒྲངས་ཡོད་པའི་ནང་ནས་བལ་བཟའ་བྲི་བཙུན་དང་། རྒྱ་བཟའ་འཕྲུག་ཁྲོན་ཀོང་ཨོ་གཉིས་བཙུན་མོར་སྒྲངས་པའི་དམིགས་ལུལ་ནི། སྐབས་དེར་པོད་དང་ཐག་ཉེ་པའི་བལ་པོ་དང་། ཐང་ཆུ་རབས་གཉིས་ས་འབྲེལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཤེས་རིག་དང་། སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས། ཆབ་སྲིད། དཔལ་འབྱོར། དམག་དོན་བཅས་ཀྱི་ཐད་འཇམ་སྒྲིང་ཐོག་སྟན་ཀྲགས་ཆེ་བའི་བྲས་ཡིན་པས་གོ་སྐབས་དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་གཉེན་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཙུགས་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར། རིག་གནས། སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་བཅས་ལྟར་ལས་ལྷག་པར་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་རེད།” “ཅས་གསལ་སྟན་གནང་བཞི་དུས་སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་གནས་ཚུལ་ངོ་མར་སྟོམ་ཆོག་ཡང་དག་པར་བརྒྱབ་པ་ཞིག་རེད་སྟེ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། མངའ་ཐང་ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ་པོད་ཆེན་པོའི་ཆུ་མཚན་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྲིད་དབང་གསར་བཙུགས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་བཟུང་བཞིང་དང་ས་མཚམས་བདེ་འཇགས་སུ་གནས་པར་བྱིམ་མཆོས་ཆུ་མཚན་ལ་ཁབ་ཁག་ལ་གཉེན་འབྲེལ་འཇུགས་པ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་སྤྱིང་ཟབ་མོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། པོད་ཆུ་མཚན་དམངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་མང་གཞི་མཐོར་འདེགས་གཏོང་བར་ཆུ་མཚན་ཁབ་དེ་དག་གི་“རིན་པོ་ཆེའི་དཀོར་མཛོད་”དང་། “མིག་སྒྲིའི་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་ནམ་པར་འབྲུབ་པའི་འབྱོར་པའི་བང་མཛོད་”ལས་ཐོན་པའི་དངོས་ནོར་དགོས་གལ་ཡོད་ལ། པོད་ལུལ་འཇུགས་སྐྱུན་ཐད་དེ་དག་གི་རིག་གནས་ལག་རྩལ་དང་ཆེད་མཁའ་མེས་སྟེར་མཁོ་ཆེ་བ་དང་། ལྷག་པར་པོད་དུ་བྱུག་ཏེ་རིང་ལུགས་

ཅ་བ་ཚུགས་ནས་ཡལ་འདབ་རྒྱུ་བར་དེ་དག་དང་དེ་དག་བརྒྱད་ནས་ཀྱ་གར་སོགས་ཀྱི་ཆོས་  
ལུགས་ལྟ་སྤྲོད་དང་། ཆོས་དཔེ། ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་ཆད་ལྟ་བུ་བཅས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་  
ཡིན། ཚུལ་དེར་དགོངས་ནས་ཡལ་དབང་ལྷ་པས་“ལྟ་གཅིག་གཉིས་ཁབ་ཏུ་བཞེས་ན། ཀྱ་  
བལ་གྱི་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཁབ་ལེན་དོད་དང་ལྷགས་ཀྱི་སྤང་  
ཚུལ་ལྟར་འབྱུང་བར་དགོངས་”<sup>༡</sup> ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

སྤྱིར་བཙན་ཀྱལ་སྤོང་གིས་བལ་པོ་དང་ཀྱ་ནག་གི་སྤྱི་མོ་གཉིས་ཁབ་ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་གཉིན་  
འབྲེལ་འཇུགས་ཀྱི་རྩོམ་བསྐྱར་ཐག་གཅོད་བྱས་ཚུལ་ནི། བཀའ་ཆེན་མས་ཀའ་ཁོ་མ་ལས། “དེ་  
ནས་ནངས་པར་སྤྱི་བར་ཐོན་མི་སམ་བྱ་རྩོམ་མི་ཆུང་གིས་རྩེ་ལ་ཞེས་འབྲེལ་དུ་འོངས་ཅ་ན།  
སྤོང་པོ་ཆེན་པོ་མགར་ཀྱང་རྩེ་ལ་ཐུག་བྱེད་དུ་བྱུང་པ་ལ། སྤོང་པོ་ལ་ཆང་དོངས་གསུངས་ནས་  
ཐོན་མིས་ཆང་དངས་ནས་གསོལ་ཅ་ན། ཀྱལ་པོའི་ཞལ་ནས་མདང་དའི་མི་ལམ་ན། བལ་པོའི་  
ཡུལ་ན་བྱ་མོ་དཀར་མོ་མཆན་དང་དཔེ་བྱད་དུ་ལྟན་པ་སྤྱིར་དུ་སྤྱག་པ་ཅིག་མིས། ཀྱ་ནག་གི་  
ཡུལ་ན་བྱ་མོ་སྤོང་མོ་མཆན་དང་དཔེ་བྱད་དུ་ལྟན་པ་སྤྱིར་དུ་སྤྱག་པ་ཞིག་མིས་གསུངས་པས། ཐོན་  
མིའི་བསམ་པ་ལ་ལྟའི་འོད་ཟེར་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱལ་པོས་གཤེས་སྤྲོས་ནས། སྤོང་པོ་མགར་སྤྱིར་  
བཙན་ཡུལ་བཟུང་དང་ལོ་རྒྱུ་བ་ཐོན་མི་སམ་བྱོམ་གཉིས་ན་རེ། ཀྱལ་པོ་ཆེན་པོ་མདང་གི་ནལ་  
ལམ་བཟང་པོ་དེ་མི་སྤྱི་ལ་ཡང་མ་གསུང་ཞིག་ ལྟ་གཅིག་དེ་གཉིས་དེད་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱན་འདོངས་  
པར་བྱ་ཡིས་ཟེར་”<sup>༢</sup> ཞེས་འབྱུང་བའི་ཁྲུངས་དང་མཐུན་པར་བྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆང་ཁག་  
ཏུ་གསལ་དོན། དེ་ཡང་མི་རྩེ་སྤྱིར་བཙན་སྤྱི་མོས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་བཞེས་རྩེས་ཁོ་པའི་པོའི་  
སྤྱི་ཆེའི་མཇུག་ལ་དོ་ལོག་སེལ་འཐོར་དུ་གྱུར་པའི་ཀྱལ་ཐུན་ཁག་སྤྱིར་ཡང་ཞི་བྱག་ཅི་རིགས་ཀྱིས་  
མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་། ཀྱལ་ས་ཡར་ལུང་ནས་སྤྱིད་ཤོད་(ལྟ་སྤྲོད་) དུ་སྤོང་ཏེ་པོད་ཆེན་  
པོའི་ཀྱལ་ཁམས་གཅིག་གྱུར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཆེན་ལས་གཞི་མགོ་བརྒྱུས་པ་དང་ཆབ་སྲིད་ཅིག་  
བལ་ཡུལ་དང་ཐང་ཀྱལ་ཁབ་ལ་གཉིན་འབྲེལ་འཇུགས་པའི་དགོས་པ་ལ་རང་བཞིན་ལ་གཏུགས་



ནས་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོས་ཐོག་མར་རང་གི་སྒྲིན་གཙོ་བོ་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་དང་མགར་སྤྱོད་བཅན་ཟུང་ལ་གནད་དོན་དེའི་ཐད་གྲོས་མགོ་བརྟེན་པར། སྒྲིན་གཉིས་ཀྱིས་ཀླུ་པོའི་བཞེད་དགོངས་ལ་ཀླུ་སྒྲིན་བཅས་སྤྱོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གལ་ཆེན་གནས་ཚུལ་དེ་ཕྱི་བསྐྱུགས་བྱས་ན་ལས་དོན་ལ་འགལ་ཆེན་བཟོ་མཁན་འབྱུང་དོགས་རེ་ཞིག་གསལ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཆར་བྱ་བརྟེན་ཞིང་། གལ་ཆེན་ཕྱི་འབྲེལ་དེ་ཁོང་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་འགན་ཁྱེར་ནས་བསྐྱབ་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལུགས་ཀྱི་དེ་ནས་སྤྱོད་ཁྱེར་བྱུང་ནས་གཙོ་བོ་མི་བདུན་(ཀླུ་རབས་གསལ་མེར་གཙོ་བོ་མི་དྲུག་ཅེས་འབྱུང་ཡང་འདྲིར་ཀའོ་ལ་མ་དང་ཆོས་འབྱུང་མཁས་དགའི་ལུགས་བཞིན་བྱས། དེ་དག་ནི་མགར་སྤྱོད་བཅན་ལུགས་བཟུང་། ཐོན་མི་སྟོ་ཏཱ། འབྲི་མེ་རུ་གྲང་སྟོན། ཅོག་རོ་དཔལ་བཟང་། ལྷ་ལུང་དཔལ་བཟང་། ཁྱུང་པོ་དཔལ་བཟང་། ལྷགས་ཟུར་ཆེན་བཅས་ཡིན།) དྲུག་ལྟའི་ནེ་ལུ་ཐང་གི་སྒྲིན་ཤིང་སྟར་གའི་སྤྱོད་པོ་རྩར་གྲོས་བསྐྱར་ཆོགས་འདུ་བསྐྱོང་སྐབས། འཆོག་རྟེན་དུ་གཙང་ཁྱེར་ཡོང་པ་ལས་གཞིག་རྒྱལ་པོ་གཅིག་གྲུབ་པས། “ཐོན་མི་ན་རེ་འདུན་མ་འདུན་ཆེན་གྱིས་བཅད་པ་བྱ་བ་ཤིན་དུ་བཀྲ་ཤིས་ཅི་བསམ་འབྲུབ་པས་འདུན་མ་ཀྱུ་མ་ཆུང་ཞིག་ཅེས་ཟེར། མགར་གྱིས་ཀྱུ་བལ་གྱི་ཀླུ་པོའི་སྐྱས་མོ་མཆོག་གཉིས་ཡོད་པར་འདུག་པ་རྗེས་བཅུན་མོར་བསྐྱེད་མཁའ་ལྷན་བཀྲོས་པས་ལེགས་དེར་གྱིས་བྱུང་”<sup>1</sup> “བ་སྟེ་བལ་པོ་དང་ཐང་ལ་གཉེན་འབྲེལ་འཛིན་ཀྱི་སྤྱོད་སྒྲིན་ཆེན་དག་བཀྲོས་པར་ལེགས་ཚུལ་གྲོས་ཁ་གཅིག་མཐུན་བྱུང་ཞིང་དེ་དོན་ཀླུ་པོ་སྤྱོད་བཅན་ལ་ཡར་ཁྱུ་བྱས་པ་རེད།

ཐུ་མི་ཨ་ཁུས་སྐྱེ་ཆབ་པོ་ཉ་གཙོ་བོ་གནད་ལྟེ་བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན་(མིང་དངོས་པུ་ལི་ཁྱི་ཐེར)བསྐྱས་པ། བལ་བཟའ་བསྐྱེད་པའི་འབྲེལ་མཐུན་པོ་ཉ་གཙོ་བོ་སྐྱེ་ཐང་བཤད་ལུགས་མ་འདྲ་ཁག་གཅིག་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཀའོ་ག་རིག་འཛིན་ཆེ་དབང་ནོར་བུའི་བོད་ཀྱི་ཀླུ་རབས་གསེར་ཤེང་ལས་“དེ་ནས་བལ་པོ་ནས་ཁྱོ་གཉེར་མའི་སྐྱལ་པ་བལ་མོ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན་སྒྲིན་པོ་ཐོན་མི་སྟོ་ཏཱས་གདན་བྱངས་”<sup>2</sup> “ཞེས་དང་། ཀའོ་རིན་པོ་ཆེས་བཅུ་མས་



མེས་ཟིག་དཔ་དེབ། 123

མངའ་གསལ་པ་རེད།

སྤྱི་བལ་བོད་ཆུ་ཁབ་གཉིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས་  
འདིའི་གོང་མན་ཚུན་དབར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་དང་ཁྲུང་ས་འཕེར་མ་རྟེན་པས་འདི་ནི་བལ་  
བོད་གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་མ་ཡིན་པར་ཚིན་པ་མེད་སྟེ། འོན་པོད་མཁའ་ཁྲི་དམ་ཆོས་སྒྲུབ་ས་  
བམ་སྒྲུབ་ཚུལ་བྱ་བའི་ནང་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་ཆུ་གར་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་དུ་ཕེབས་ལམ་བལ་པོའི་ཆུ་པོ་ལ་  
ཐུག་ཚུལ་བཤད་ཅེས་ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་དུ་གསལ་བ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྱི་བལ་གྱི་ཐོག་མ་འབྲེལ་  
ཙམ་ལས་སྤྱི་གཞུང་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་མཚོན་མི་ཐུབ། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་ར་བལ་  
རྗེར་མཇལ་སྤྱད་བྱེད་དགོས་པའི་བཅན་པོའི་བཀའ་མངགས་ཅི་ཡང་ཡོད་ཚུལ་མ་མཐོང་། འོན་  
ཀྱང་བལ་བཟའ་བོད་བཅན་པོའི་བཅུན་མོར་བསུས་རྗེས་མི་རིང་བར་“བཅན་མོ་ ཐུན་  
ཆང་གོང་གེ་ཅོ། མགར་སྤོང་ཅན་ཡུལ་ཟུང་གྱིས་སྤྱན་དང་སྟེ་བོད་ཡུལ་དུ་གཤེགས།  
བལ་པོ་ཡུལ་གྱི་ཁྱི་ཁྱི་ལྟ་བུ། ན་རི་དེ་བ་ཆུ་ལ་ཕོར་བཀྲག་” “ཅས་འབྲུང་བ་ལྟར་བལ་ཡུལ་  
བོད་བཅན་པོའི་ཆབ་འོག་དུ་བཅུག་ནས་བྱི་རྩེ་གཙུག་བཞན་གྱི་སྤྱི་ཆའི་མཇུག་བར་བོད་ཀྱི་དབང་  
བསྐྱར་འོག་སྤོང་དགོས་བྱུང་བ་རེད།

ཐུ་མི་ཨ་ཁུ་མགར་གྱི་ཕུག་རོགས་གནང་སྟེ་ཆུ་བཟའ་སྤྱན་ཤིང་གོང་རྩེ་བསུས་  
པ། བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན་བསུས་རྗེས་རིང་པོ་མ་སོང་བར། “སྤྱི་ཡང་སྤུལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་  
ཆུ་པོ་ཡི། བཀའ་ལུང་ཕྱི་ཁྱི་གཉན་པའི་ཐེལ་དང་ནི། ཁྱོན་པོ་རིག་པ་ཅན་གྱི་འཕུལ་ཐབས་  
ཀྱིས། ཁྱོལ་མའི་སྤུལ་པ་ལྟ་གཅིག་གོང་རྩེ་ནི། འཇམ་གྱིང་རྟེན་མཚོག་ཤུག་མུ་ནིར་བཅས།  
ཁྱི་ནག་ཡུལ་ནས་སྤྱན་དངས་བོད་དུ་ཕེབས། །” “ཞེས་པ་ལྟར་མགར་དང་ཐུ་མི་སོགས་ཀྱིས་  
ཀྱི་སྤྱི་མོ་སྤྱན་ཤིང་གོང་རྩེ་བོད་བཅན་པོའི་བཅུན་མོར་བྱངས་པ་རེད། འདིའི་ཐད་ཆུ་རབས་  
གསལ་བའི་མེ་ལོང་ལས་“དེར་སྤྱི་གཅིག་བཤུམ་པ་ལ། ཁྱོན་པོ་མགར་གྱིས་སྤོབ་བསྐྱེད་པའི་  
སྤྱི་བྱངས་ཏེ། ཐོན་མི་སམ་རྩོུ་ཏེ་དང་། འབྲེལ་སེ་རུ་གོང་སྤོན་གཉིས་ཀྱིས་རམ་བྱ་བཞེག་ནས་

“ཞེས་དང་། ཡང་“ཐོན་མི་དང་ཉང་གཉིས་ཟུར་དུ་བྱིད་ནས། ང་ཀྱང་ཉལ་དུ་ཐོན་པ་ལས་  
མི་སྤྲོད་” “ཅས་དང་། དེ་བཞེད་དེ་བྱིད་ཀྱི་ཀློང་པོ་ལྟ་བུ་དེ་ལས་ལས་“ལྷ་གཅིག་མི་དགའ་  
པའི་ནམ་འགྲུང་བྱེད་པར་མགར་གྱིས་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་པའི་རམ་ཐོན་མི་དང་། འབྲི་བམེ་རུ་གྲུང་  
ཐུན་གཉིས་ཀྱིས་བཏེགས་ནས་” “ཞེས་དང་། མདོ་སྤྲོད་ཆོས་འབྱུང་ལས་“ཀློང་པོ་ལྟ་བུ་གཅིག་  
ཀོང་འོ་དང་ཐོན་མི་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་མགར་མེགས་ཀྱིས་ཀློང་པོ་རང་ཉིད་དང་བྱིན་རྒྱུ་མཚུངས་  
པའི་ལྷ་གྲུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པོ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
བཞེགས་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
མིས་གཞིགས་འདེགས་གནང་སྟེ་ཀྱང་བཟུང་བསྐྱེད་པའི་གསལ་ལོད། ཐང་གི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བུ་  
ཇི་ལྟར་བྱུངས་པ་ཞི། “ཐང་ཐང་ལྟ་བུ་ཞེས་པས་མེ་བྱིན་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པོ་དེ་ནས་ལོ་དགུ་  
ལོན་པ་ཤིང་ལོ་དྲུག་ལོ་དྲུག་ཀྱི་ཀློང་པོ་དང་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
བྱུ་མོ་བསྐྱེད་པས་མེ་བྱིན་པ་ལ། ཐོད་ཁྱིམ་ནས་ལོ་དྲུག་ཙམ་དུ་འཐབ་པོ་བྱས། དེར་  
དམག་ཕྱིར་ལོག་ནས་མགར་སྤོང་བཅན་ལ་གསེར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་མང་པོ་བསྐྱེད་ནས་  
བཏང་བས། ཐང་ལྟ་བུ་གི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
བཅན་སྤྲོད་པས་ཀྱང་ཉལ་ཐོག་ཐང་ཀྱི་ཀློང་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
པ་ཕྱི་ལོ་ ༦༩༧ ཤིང་རྩ་ལོར་ཐོད་ནས་ཐང་ཀྱི་ཀློང་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤོང་གི་ཀློང་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
སྤོང་ཉེ་ཞེས་པ་ཐོད་བཅན་པོའི་སར་འཆམ་འདྲིའི་ལོ་ཉར་བཏང་། ཐོད་བཅན་གྱིས་གྲུ་གྲུ་  
དང་འཁྱུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཡང་ཐང་ཐོད་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
བཅན་ཁྱིམ་ནས་ཞང་ཞང་གི་དཔུང་དང་བཅས་ཀྱི་གཉིན་ཆེན་གྲུ་གྲུར་དངས་ཉེ་གྲུ་བཅོམ།  
ནོར་ཕུགས་ལོ་བྱད་ཀྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

གཞན་ཡང་པོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་ཁག་ཏུ་མགར་དང་བྱ་མི་སོགས་སོན་དག་གྱེ་རྒྱལ་སར་  
སྦྲེབས་འཕྲལ་སྤྲུལ་མོའི་ཆེད་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་གཉེན་སྲིད་སོན་དང་རིག་འཕྲལ་འགན་ཏེ་པོད་  
རྒྱལ་ཚུལ་ཡང་འཁོད་ཡོད། མདོར་ན། སྲིད་བཅན་རྒྱལ་སློན་གྱི་ཞི་དྲག་ཐབས་འཕྲལ་སྤྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་  
ཀྱི་སྲིད་པས་“ཐང་ཐའི་རྩྱང་གིས་སྲིད་དབང་བཟུང་བའི་དུས་སྐབས་དེར་ཐང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་  
ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འཕྱོར་རིག་གནས་གང་ཅིའི་ཐད་འཇམ་སྒྲིང་ཐོག་སྟན་གྲགས་ཆེ་བའི་  
གོ་གནས་བཟུང་ཡོད་” “ནའང་གདུག་རྩུབ་ཆེན་པོའི་སློན་ས་“རྒྱའི་ཡུལ་མང་པོ་བཅོམ། ཅན་  
པོ་རྒྱལ་ས་བསད་” “པའི་གཤེན་ཅན་“དག་སྟེང་ན་བཟོད་” “ལ་སྤྲུལ་མོམ་ཡུལ་མཐུ་མེད་  
ཡུང་བ་དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་དངོས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས། ལུང་གི་རིགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཞེན་  
ཁོག་དང་། སྲིད་དོན་དགོས་མཁོས་ལོ་རྒྱུས་འཕྲོག་བཟོ་བྱས་པ་ཞིག་མིན། སྲིད་བཅན་རྒྱལ་

སྒྲིག་གིས་སྟོད་ལུང་མོང་བཟང་བྱི་ལྷན་སྟོན་པའི་ཆུ་ལྷན་གྱི་བུ་མོ་གསུམ་“གཙུག་ལག་ཁང་  
བཞེངས་པ་དང་ལྷ་སྐྱེས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་”<sup>༡༡</sup> རྒྱངས་རྒྱུ་། དགོས་དབང་དུ་མའི་ཆེད་ཞི་དག་  
ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བལ་བྱའི་སྐྱེས་མོ་གཉིས་བོད་དུ་བཙུན་མོར་བསྐྱེད་ཏེ་ཆུ་ལྷན་འབྲེལ་དམིགས་  
བསལ་ཅན་བཙུགས་པ་དེས་བོད་ཆུ་ལྷན་གྱི་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར་། རིག་གནས་།  
ལག་རྩལ་སྟོན་པ་དཔྱད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ལྷན་གོང་དུ་འབྲེལ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ཀྱང་ཐུ་མི་ཨ་ཙུ་  
མཆོག་གིས་སྟོབས་ཀྱགས་ལུལ་བ་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པས་ང་ཚོས་ཁོང་གི་འོས་བབ་ཀྱི་  
གོ་གནས་བརྩི་སྲུང་བྱེད་དགོས་སོ། །

### ལུང་ཁྲུངས་ཟུར་མཆོད།

- ༡༥ རྒྱལ་མཁའ་མོར་བྱའི་ཁང་བོད་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ནོར་བུའི་མེ་ལོང་། སེ་ཁྲོན་པར་མའི་ཤོག་ངོས་  
༡༡ ཐོག་གསལ།
- ༡༦ བུ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྱུ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་། གངས་རྫོངས་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཙུད།  
ཤོག་ངོས་ ༡༤༣ ཐོག་གསལ།
- ༡༧ ཆེ་ཏན་ཐབས་བྱུང་གི་ཐོན་མའི་ཞལ་ལུང་། ཤོག་ངོས་ ༣ ཐོག་གསལ།
- ༡༨ དུན་ནོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཞེས་པའི་ཤོག་ངོས་ ༤༠ ཐོག་གསལ།
- ༡༩ ལྷག་ལྷ་ལུན་ཆོགས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་བསྐྱུར་པའི་བྱུང་ཡིག་ཆོང་ནང་གསལ་བའི་བོད་ཀྱི་ཆུ་ལྷན་རབས་༥  
སའི་པར་མ། ཤོག་ངོས་ ༣ ཐོག་གསལ།
- ༢༠ དཔལ་ཤོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། སྟོད་ཆ། མེ་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་  
ཁང་། ཤོག་ངོས་ ༡༢༤ ཐོག་གསལ།
- ༢༡ དགེ་འདུན་ཆོས་འབྲེལ་གྱི་གསུང་ཙུང་། བོད་གསུམ་པ། བོད་རྫོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུང་དཔེ་སྐྱེན་  
ཁང་། ཤོག་ངོས་ ༣༤༠ ཐོག་གསལ།
- ༢༢ ཆོས་འབྱུང་མཁས་དགའ། སྟོད་ཆ། ཤོག་ངོས་ ༡༢༠ ཐོག་གསལ།
- ༢༣ ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་ཆུ་མཆོད་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱེད། ཤོག་ངོས་ ༣༠ ཐོག་གསལ།

- ༡༠༥ བོད་རྫོང་སྐབ་འདུག ༡༧༧༠ མའི་དང་པོའི་ཤོག་ངོས་ ༥༦ ཐོག་གསལ།  
 ༡༡༥ ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱུང། ཤོག་ངོས་ ༤༩༩ ཐོག་གསལ་པ་བཞིན་བཀོད་པ་ཡིན།  
 ༡༣༥ དཔྱད་གྲགས་པ་ལྟར་གྱི་གསུམ་འབུམ། བོད་གསུམ་པའི་ཤོག་ངོས་ ༤༠ ཐོག་གསལ།  
 ༡༣༥ སྐར་ཆ་ནས་བཏོན་པའི་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་རྩིས་དང་གསུང་བཤད་ཚུགས་པ་སྤུས་ཀྱི་ཤོག་  
 ངོས་ ༤༤ ཐོག་གསལ།  
 ༡༤༥ གསེར་རྟོག་སྒོ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཆོད་གསེར་རྟོག་སུམ་རྟགས། ཀན་སྤྱུམ་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུ་  
 ཁང་། ཤོག་ངོས་ ༩༤ ཐོག་གསལ།  
 ༡༥༥ ས་སྤྱོད་པའི་ནམས་ཀྱི་མཆན་གྱིས་བརྩམས་པར་གྲགས་པའི་ཀླུ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། མི་  
 རིགས་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་། ཤོག་ངོས་ ༥༡ ཐོག་གསལ།  
 ༡༦༥ ཆོས་འབྱུང་མཁས་དགའ། སྟོད་ཆ། ཤོག་ངོས་ ༡༥༡ ཐོག་གསལ།  
 ༡༧༥ བཀའ་ཆེམས་ཀྱི་ཁོལ་མ། ཤོག་ངོས་ ༡༠༥ ཐོག་གསལ།  
 ༡༨༥ དེབ་ཐེར་སྟོན་པོ། འགོས་ལོ་གཞིན་ཅུ་དཔལ། སྟོད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་། ཤོག་  
 ངོས་ ༤༥ ཐོག་གསལ།  
 ༡༩༥ བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༡༥༣ ཐོག་གསལ།  
 ༢༠༥ ལགོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་དཔྱད་ཀྱི་ཀླུ་ལ་མའི་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱེད་སྤྱུང་སྤྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༣༠ ཐོག་གསལ།  
 ༢༡༥ ལྷག་ཆང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོའི་ཀློང་ལྷག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་ཕྱེད། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་  
 སྐྱུང་ཁང་། ཤོག་ངོས་ ༡༤༩ ཐོག་གསལ།  
 ༢༢༥ གསེར་རྟོག་སུམ་རྟགས། ཤོག་ངོས་ ༩༤ ཐོག་གསལ།  
 ༢༣༥ དཔྱད་ཀྱི་ཀླུ་ལ་མའི་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱེད་སྤྱུང་སྤྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༣༡ ཐོག་གསལ།  
 ༢༤༥ ཀླུ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། ཤོག་ངོས་ ༥༩ ཐོག་གསལ།  
 ༢༥༥ བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༡༥༣ ཐོག་གསལ།  
 ༢༦༥ དེབ་ཐེར་སྟོན་པོ། སྟོད་ཆ། ཤོག་ངོས་ ༤༥ ཐོག་གསལ།  
 ༢༧༥ དཔྱད་ཀྱི་ཀླུ་ལ་མའི་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱེད་སྤྱུང་སྤྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༣༠ ཐོག་གསལ།  
 ༢༨༥ རྫོང་ཆེན་ཆོས་འབྱུང་། ཤོག་ངོས་ ༣༣༣ ཐོག་གསལ།  
 ༢༩༥ དེབ་ཐེར་སྟོན་པོ། སྟོད་ཆ། ཤོག་ངོས་ ༤༥ ཐོག་གསལ།



- ༡༠༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་པའི་དགའ་སྟོན། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༡༤༣ ཐོག་གསལ།
- ༡༡༥ དུང་དཀར་རྒྱ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་གསུང་རྩིས་ཐུགས་བསྐྱེགས། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱར་ཁང་།  
བོག་ངོས་ ༣༥༥ ཐོག་གསལ།
- ༡༢༥ མཁམ་པ་ལྷུ་ཡི་རྒྱ་བོད་ཆོས་འབྲུང་རྒྱས་པ། གངས་ཅན་རིག་མཛོད། གསུམ་པ། བོད་རྫོངས་མི་  
དམངས་དཔེ་སྐྱར་ཁང་། བོག་ངོས་ ༣༥༣ ཐོག་གསལ། འདི་མ་དཔེར་ཞིབ་བསྟར་བྱས་ཀྱང་མ་  
བརྟེན་པས་ཁྲུངས་གང་ཡིན་བསྟར་ཞིབ་ཤིང་།
- ༡༣༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༡༤༩ ཐོག་གསལ།
- ༡༤༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༡༤༣ ཐོག་གསལ།
- ༡༥༥ དམ་དགེ་བསམ་གཏན་གྱི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དར་རྒྱལ། བོད་གཞུང་ཤེས་དཔར་། བོག་ངོས་ ༤  
ཐོག་གསལ།
- ༡༦༥ བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དར་རྒྱལ་བོག་ངོས་ ༤ ཐོག་གསལ།
- ༡༧༥ དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་རྒྱ་དབྲངས། བོག་ངོས་ ༣༡ ཐོག་གསལ།
- ༡༨༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༡༤༡ ཐོག་གསལ།
- ༡༩༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༣༠༠ ཐོག་གསལ།
- ༢༠༥ དུང་དཀར་གསུང་རྩིས་ཐུགས་བསྐྱེགས། བོག་ངོས་ ༣༦ ཐོག་གསལ།
- ༢༡༥ དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་རྒྱ་དབྲངས། བོག་ངོས་ ༣༥ ཐོག་གསལ།
- ༢༢༥ བཀའ་ཆེན་ཀུན་ལྷོ་མ། བོག་ངོས་ ༡༣༧ ཐོག་གསལ།
- ༢༣༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༣༠༡ ཐོག་གསལ།
- ༢༤༥ གངས་ཅན་རིག་མཛོད་དགའ། བོག་ངོས་ ༡༣༧ ཐོག་གསལ།
- ༢༥༥ ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་སྤྲིད་དོན་ལོ་རྒྱུས་ལ་དབྱེད་པ། ཀའི་ཤེས་བྲ། བོག་ངོས་ ༥༦  
ཐོག་གསལ།
- ༢༦༥ རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། བོག་ངོས་ ༤༧ ཐོག་གསལ།
- ༢༧༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༣༠༠ ཐོག་གསལ།
- ༢༨༥ ཆོས་འབྲུང་མཁམ་དགའ། སྟོད་ཆ། བོག་ངོས་ ༣༠༣ ཐོག་གསལ།
- ༢༩༥ རྫོང་ཆེན་ཆོས་འབྲུང་། བོག་ངོས་ ༣༣༣ ཐོག་གསལ།

- ༥༠༥ ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་། མོག་ངོས་ ༥ ཐོག་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད།  
 ༥༡༥ ཏུན་ཏོང་ནས་ཐོན་པའི་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ཚོམ། དེབ་གསུམ་  
 པ། གངས་ཅན་རིག་མཛོད། པོད་ཚྲིངས་པོད་ཡིག་དགེ་རྒྱུ་ལྟར་། མོག་ངོས་ ༡༣༩ ལ་  
 གསལ།  
 ༥༣༥ ཆོས་འབྲུང་མཁའ་དགའ། ལྷོད་ཆ། མོག་ངོས་ ༣༠༦ ཐོག་གསལ།  
 ༥༣༥ རྒྱལ་རབས་གསལ་མེ། མོག་ངོས་ ༡༠༩ ཐོག་གསལ།  
 ༥༤༥ རྒྱལ་རབས་གསལ་མེ། མོག་ངོས་ ༡༡༦ ཐོག་གསལ།  
 ༥༥༥ དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྐུ་དབྱངས། མོག་ངོས་ ༩༩ ཐོག་གསལ།  
 ༥༦༥ མདོ་སྐྱོད་ཆོས་འབྲུང་། མོག་ངོས་ ༥༤ ཐོག་གསལ།  
 ༥༧༥ དེབ་ཐེར་སྤྱོད་པོ། ལྷོད་ཆ། མོག་ངོས་ ༥༤ ཐོག་གསལ།  
 ༥༨༥ དུང་དཀར་རྫོང་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་མཛད་པའི་དེབ་དམར་གྱི་ཆོག་འབྲེལ་གནད་བརྒྱས། དེབ་ཐེར་  
 དམར་པོ། མེ་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། མོག་ངོས་ ༣༦༧ ཐོག་གསལ།  
 ༥༩༥ ཆོས་འབྲུང་མཁའ་དགའ། ལྷོད་ཆ། མོག་ངོས་ ༣༠༦ ཐོག་གསལ།  
 ༦༠༥ ཆོས་འབྲུང་མཁའ་དགའ། ལྷོད་ཆ། མོག་ངོས་ ༣༡༡ ཐོག་གསལ།  
 ༦༡༥ ཆོས་འབྲུང་མཁའ་དགའ། ལྷོད་ཆ། མོག་ངོས་ ༣༡༥ ཐོག་གསལ།

སྤྱི་ཆོག་ས་ཆོས་གསལ། ད་ལྟ་བཞུགས་སྐར་རྩ་ས་ཀའི་ཕྱིས་པ་བྱ་ཆང་དུ་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་མུས་རེད།

དགེ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།

ལྷ་མ་ལོང་།





དུག་པ་ནི་མ་པར་སྐྱུ་ལ་པའི་མཛད་པ། (སྐྱུ་ལ་པའི་མཛད་པ།)

རྒྱལ་པོའི་སྐུ་ལ་རིགས་ཀྱང་མི་འཆོལ་ཡང་རྒྱལ་པོའི་གདུང་ཀྱང་མི་ཆད་པར་བྱ་བའི་  
 མེར་དང་། མེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་འོལ་པའི་ཚུལ་ལས་བདེར་གཤེགས་  
 གྱི་སྐུ་ལ་པ་ཉེ་སྐྱས་བརྒྱད་དུ་འབྱུངས་ཏེ། གང་ཞེ་ན། ཉོས་བཟའ་རྒྱལ་མེད་ལ་སྐྱས་གཏོ་བུ་  
 འབྲས་སངས་དང་དཔྱད་བུ་ཁྱི་ཤེས་གཉིས། དཔོ་བཟའ་ཐང་མོ་ལ་ལུང་འདྲན་གསལ་བ་དང་  
 རྒྱུད་འདྲན་སྟོན་མ་གཉིས། གསལ་བཟའ་ངང་འིང་ལ་འོལ་དུག་ཐང་པོ། སྐུ་བཟའ་གུང་དུག་  
 ལ་རྒྱལ་པོའི་གདུང་འཆོབ་ལྷ་ཆེ་རྩེམ་དུག་ ཀོང་བཟའ་ཁྱི་ལྷམ་ལ་དམ་རྒྱལ་གྱི་གདུང་ཀྱང་འཛིན་  
 པའི་རྒྱལ་སྐྱས་གཡུང་དྲུང་དབང་རྩན། རྒྱ་བཟའ་འབྲུལ་བརྒྱུར་ལ་རྒྱལ་སྐྱས་ཀོང་ཆ་འབྲུལ་  
 བུ་བཅས་འབྱུངས། དེ་རྣམས་འབྱུངས་དུས་སྐུ་ལྷ་སྐུ་མི་རྣམས་སྐུ་གར་བརྒྱུར་ཞིང་བྱུང་པར་



ནས་བསྐྱུ་ཏེ་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་མཆོད་པ་ལྟེན་པ་སྒྲིམ་པ་ཀྱང་གཙང་པོ་ལ་པད་མའི་གདན་སྒྲིམ་  
ནས་ཀྱིང་པོ་རིང་ནགས་སུ་གཤེགས་ཏེ་བདུད་ཆོགས་ནམས་ཡམ་པར་མཛད། ཕྱི་རབས་འགྲོ་བའི་  
དོན་དུ་ཐུགས་ལས་པོན་རིར་སྐྱུ་ལ་ཏེ་པོད་ཀྱི་པོན་པོ་ནམས་ལ་རྩ་གསོལ་བ་དང་། འདྲེ་བཀར་བ།  
ཡུགས་ལྷན་པའི་རྒྱ་པོན་ཅམ་ཞིག་བཟུང་ནས་ནམ་ཞིག་ཐེག་པ་རིམ་དགུའི་པོན་ནམས་ཀྱང་དར་  
ཞིང་རྒྱས་པའི་སྒྲིམ་ལམ་བཏབ།

**བརྒྱད་པ་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་མཛད་པ། (བཟུང་པ་རྩེ་ས་བཞག་གི་མཛད་པ།)**

སྒྲིམ་པ་ཤག་རིགས་རྒྱལ་བའི་འགྲོ་དོན་དུ་ཕྱོན་ནས་གསལ་མཁར་སྒྲིམ་མ་དགུ་ཐོག་  
དུ་གཤེན་རབ་ཁ་ཏེ་སུ་ལ་ལ་ཐེག་དགུའི་བཟུང་པ་རྩེ་ས་བཞག་མཛད། རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་  
གཤེན་རབ་སྤང་ལ་ནམ་གཤེན་ལ་སྐྱེ་གདུང་བཟུང་པ་རྩེ་ས་བཞག་མཛད། རྒྱ་ཀྱིང་ཅེ་འཕྱལ་  
ཀྱི་རྒྱལ་པོས་གསལ་ཁང་དཀར་ནག་བཀྲ་གསལ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་ཐོག་འབར་བ་བཞེངས་པའི་བར་  
ཆོད་ནམས་སེལ་ཏེ་མངའ་དབུལ་རབ་གནས་དང་། དེ་ནས་སྤྱིད་པ་སངས་པོ་འབུམ་ཁྲི་དང་  
ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་སྐྱེལ་ཏེ་པོན་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་དང་སྒྲོ་བཞི་མཛོད་ལྟེན། ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་  
ནམས་རྒྱས་པར་དཀྱོལ་ཏེ་རིན་ཆེན་རྩ་ལྷའི་སྐྱེགས་བམ་དུ་བྲིས་པའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་དཀར་  
ནག་བཀྲ་གསལ་དུ་བཟུང་པ་རྩེ་ས་བཞག་མཛད།

**དགུ་པ་ནམ་པར་རིག་པའི་མཛད་པ། (བྲིམ་སྤངས་རབ་བྱུང་གི་མཛད་པ།)**

མི་ལོ་སུམ་སྟོང་ཆིག་བརྒྱ་གཤེན་ལོ་སུམ་ཅུ་སྟོ་གཅིག་བཞེས་པའི་དུས་ན་སྒྲིམ་པ་ཐབས་  
མཁས་ལ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་མཁར་བྲི་སྒྲིམ་རྒྱལ་བཞག་གི་ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱེ་  
ནས་ན་འཆི་སྐྱུ་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་པོ་བཞིར་གཟིགས་པའི་ངེས་འབྱུང་གི་རྒྱུ་བྱིས་བསྐལ་བའི་ཚུལ་  
མཛད་དེ་མཆོད་ཉེན་ནམ་དག་དཀར་པོའི་བྱུང་དུ་བྲིམ་སྤངས་རབ་བྱུང་བར་མཛད་དེ་ན་བཟུལ་  
པད་ལོ་རིས་དུག་དང་། རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་རྩེ་ས་ལྟེན་སྐྱེགས་རབ་བྱུང་གི་ཆས་ནམས་བཞེས་



པར་མཛད། དེ་རྗེས་འོག་མིན་གྱི་ཁིང་དུ་བྱང་སྤྱོད་ལེགས་ལྡན་རྒྱལ་པོའི་མདུན་ནས་དག་  
པ་བྱང་སྤྱོད་གི་ཁྲིམས་ལྒྲམས་རྒྱུ་གས་པར་བྲངས་པས་མཆན་ཡང་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་དག་བཅོས་  
པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུ་གས་པའི་སངས་རྒྱུ་སྟོན་པ་བྲི་གཙུག་རྒྱལ་བ་ཞེས་སུ་གསེལ། དེ་ནས་  
སུམ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་དང་། རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི། འོ་ལ་སྤྱོད་གི་བྱང་མཆན་མེ་ཏོག་སྤྱོད་བཅས་  
སུ་དག་འཕུབ་ནས་གསུམ་མཛད། བདུད་རྗེ་བྱུང་པ་སོགས་ཀྱི་འཁོར་རྣམས་ལ་བོན་འཁོར་བསྐྱོར་  
བར་མཛད་པས་རིམ་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་ཁྲུ་རྒྱུང་སོགས་འཁོར་རྣམས་སྤྱོད་བཞིན་དུ་འདུས་པ་ལ་  
བོན་འཁོར་ཆོག་བཞི་གསུངས་པས་ཀུན་ཀྱང་དད་ནས་རབ་དུ་བྱུང་བར་ཁས་བྲངས་པས་འཁོར་  
སྤྱོད་བཞི་ལ་བརྒྱད་དུ་སྤྱོད་ཏེ། སྟོན་པ་བྲི་གཙུག་རྒྱལ་བས་སྤྱོད་དཔོན་མཛད། གཡུང་བྱུང་  
གཙུག་གསེན་རྒྱལ་བས་མཁན་པོ་མཛད། འཇགས་པ་བཅོམ་སྤྱད་ཀྱིས་དཔང་པོ་མཛད་ནས་  
འདུལ་ཁྲིམས་རྣམས་འཁོར་པར་མཛད། གཞན་ཡང་བསྟོན་གནས་དང་། དག་བསྟོན། གཙང་  
གཙུག་ བྱང་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་ཁྲིམས་རྣམས་རྒྱུ་པར་བཀོལ་ཏེ་གསུངས་  
པས་འཁོར་རྣམས་རྣམ་དག་འདུལ་བའི་བོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པར་མཛད་པའོ། །

**བཙུ་པ་རྣམ་པར་དཔེན་པའི་མཛད་པ། (འཁོར་སྤངས་དགོན་པའི་མཛད་པ།)**

སྟོན་པ་རི་གཡུང་བྱུང་དག་བཅུགས་ཀྱི་ནགས་ཆེལ་དུ་གཡེང་བའི་ཆོགས་སྤངས་གཅིག་  
ཡུར་དགོན་པར་གསལ་གསལ་ནས་གཞན་དང་མཆན་པའི་པར་མཛད་དེ་བཞུགས། བཙུན་  
པ་བྱུང་པ་དང་གཏོ་བུ་འབུམ་སངས་སོགས་དབང་པོ་རབ་རྣམས་ལ་ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱུ་གྱི་  
གོ་འཕང་བསྐྱབ་ཐབས་དོན་དམ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གི་གདམས་པ་བསྟན། གསེན་བཟའ་ལ་  
སོགས་དབང་པོ་ཐ་མའི་འཁོར་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པ་མས་འཛོགས་སྤང་གཉེན་རིམ་སྤྱོད་བསྟན། དེ་  
ནས་རྒྱུ་གས་ཆེན་གྱི་རྒྱུད་སྤྱོད་བཙུ་གཉིས་སོགས་གཏན་ལ་ཤབ་སྟེ། དཔེན་པའི་གནས་སུ་ནགས་  
ཆེལ་དགོན་པ་བཅུགས། །མཆོ་སྤྱོད་ནགས་ཆེལ་དུ་ཁྲིད་ལུང་ལུག་དུ། །རི་དྲགས་སྤྲེལ་མ་

བཞིན་དུ་ཉམས་སྦྱངས། གཅིག་ཕྱི་མ་ཡོངས་དོན་དམ་སྟེད་པར་བརྟན། ཉེ་ཡང་སྒྲི་  
བ་གཅིག་གིས་མེད་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉོན་དུ་ལྷ་སྟོན་སྟོན་པ་ཟུང་འབྲེལ་བའི། བཀའ་  
འཁོར་ཐ་མ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི། ཁོན་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཐར་ཀུན་ནོ། །  
བརྟུ་གཅིག་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་མཛད་པ། (མཐར་ཕྱིན་དག་ལྟན་གྱི་མཛད་པ།)

དེ་ནས་སྟོན་པས་འཁོར་ཆོགས་གངས་མེད་པ་རྣམས་ལ་བདག་དང་གཞན་མེད་འཁོར་  
དང་གང་ཟག་རྣམས། ལྷ་བ་མཐོ་ནས་ཡས་ཕུབ་པ་དང་། སྟོན་པ་མས་ནས་ཡར་ལ་འཛེགས་  
པ། གཞི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ལེན་ཞིང་ཐབས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་བརྟུ་ལ་སྟོན་ནས་ཐེག་པ་གོང་སྤར་  
ལ་འཇུག་པའི་རིམ་པ་བརྟན། གཞན་ཡང་བསྐྱལ་སྟེད་འབྱུང་བའི་ཆགས་གནས་འབྱུང་ཚུལ་  
དང་། མ་འོངས་བརྟན་པ་བོན་གྱི་གནས་ཚུལ། མཆན་དཔེ་ཡོན་ཏན་ཏགས་ཀྱི་འབྱུང་ཚུལ།  
སྤངས་ཐོབ་མཐར་ཕྱིན་གྱི་བོན་རྣམས་བརྟན་ཅིང་། ཕྱི་འཁོར་བྱེ་བ་དུང་ཕྱུར་དང་། བར་འཁོར་  
འབུམ་ཕྱག་ཉི་ཤུ། ནང་འཁོར་ཆེག་ཁྲི་དྲུག་སྟོང་། གསང་འཁོར་བརྟུ་ཕྱག་སྟེ་ལྷ། སྐྱེ་འཁོར་  
སེམས་དཔའ་ལྷ་སྟོང་ལྷ་བརྟུ། ཡེ་གཤེན་སུམ་བརྟུ་དྲུག་ཅུ། སྐྱེ་ལས་སྐྱལ་པའི་སྤྲུལ་བརྟུ།  
འཛེག་རྟེན་མངའ་དབང་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་འཁོར་རྣམས་ལ་མ་འོངས་འགྲོ་དོན་མཐར་ཕྱིན་  
བྱེ་བའི་ཕྱིར་བཞེད་འདས་བོན་རྣམས་གཏད་གཉེར་མཛད་དོ། །

བརྟུ་གཉིས་པ་རྣམ་པར་གྲུབ་པའི་མཛད་པ། (མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ།)

སྟོན་པ་མཆོག་ལ་སྐྱེ་འཆི་མི་མངའ་ཡང་མི་ཏག་ཏག་ཏུ་རེ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དཔེ་  
བརྟན་ཏེ་སུན་ཕུང་པའི་ཕྱིར་མྱ་ངན་ལས་འདས་ཚུལ་བརྟན་པའི་དང་པོ་སྐྱེ་ལས་ལ་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་  
བཞེས་པས་འཁོར་ཆོགས་རྣམས་སྒྲུག་ཅིང་། གཏོ་བུས་གཏོ་དང་། དཔུང་བུས་དཔུང་སྟོགས་མཛད་  
པས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་མི་བསྐྱེད་ཆེས་བྱ་བ་སྟོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱུང་བ་དངས་ཏེ་སྐྱེ་ཁམས་བདེ་  
བའི་ཚུལ་མཛད། དེ་ནས་ཡང་བསྐྱུང་བ་ཕྱིར་ལ་བྱེ་བའི་ཚུལ་བརྟན་པས་ཡིད་ཀྱི་ཁྲུ་ཁྲུང་དང་མ་



མེད་པའི་དོན་སྟོན་ཞིང་གདུལ་བྱ་སྟོབ་པར་བྱེད་པས་ན་ཐོན་ཞེས་གསུངས། ཞང་སྐད་དུ། བྱུང་  
 བྱུང་ཞེས་སོ། ཉེ་ལ་དེ་བྱེད་པ་བཞིན་བྱེད་དོན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཡུང་བྱུང་གི་ཐོན་དང་། རྩོད་  
 བྱེད་ཆོག་གིས་བསྐྱུས་པའི་གཡུང་བྱུང་གི་ཐོན་གཉིས། དང་པོ། སྤངས་སྟོགས་ཅི་རིགས་ཀྱིས་  
 བསྐྱུས་པའི་ཡིན་ཏན་དང་། སྐྱ་གཟུགས་སྐྱ་ན་ཅན། སྐྱ་གདུང་མཆོད་རྟེན་སོགས་སོ། གཉིས་  
 པ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དང་དེ་སྤྲས་ཀྱི་བཀའ་བརྟེན་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དང་ལུང་གི་ཐོན་  
 དོན་གཅིག་དང་པོ་བཀའ་ཡི་མཆོན་ཉིད་ནི། བདག་ཀྱི་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་  
 རས་བྱུང་བའི་བྱུང་པར་བཞི་ལྟར་གྱི་ལེགས་བཤད་རྣམ་དག་དེའོ། ཉེ་དང་རྒྱལ་བའི་གསུང་  
 རབ། ལུང་གི་ཐོན་འཁོར་རྣམས་དོན་གཅིག་བྱུང་པར་བཞི་ནི། རོ་བོའི་བྱུང་པར་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་ལྟ་དང་ལྟན་པ། བཞིན་བྱའི་བྱུང་པར་བྱང་པེ་ཆེ་ལྟར་བསྟན་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གི་  
 དོན་ལ་མི་བསྐྱུ་བར་པེས་པ། རྩོད་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་བཀའ་བསྐྱུ་བྱུ་བ་ནས་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་  
 འདོད་དབང་གིས་བཅོས་བསྐྱེད་མེད་པ། བྱེད་ལས་ཀྱི་བྱུང་པར་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་  
 གི་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཐར་པ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་བཅས་སོ། གཉིས་ཀྱི་  
 ལ་རོ་བོའི་སྟོན་རྒྱུད་ལུང་མན་དག་གསུམ་དང་། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་གསུང་  
 པ་དང་། བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་པ། རྩོད་སྐྱེད་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་གསུམ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་  
 རས་བཤེན་གཉིས་ལ་སྟོན་པའི་བྱུང་པེས་གཉིས། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དཀར་སྐྱེད་དང་། སྐྱ་  
 འགུར། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་པས་པ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་འདུལ་བ་དང་། མདོ་སྟོན་  
 མདོན་པའི་སྟོན་པས་པ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་བཀའ་འཁོར་རྣམ་པ་གསུམ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོན་  
 ཀྱི་སྟོན་པས་པ། མཆོན་ཉིད་དང་འབྲས་བུ་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཐེག་པའི་བཀའ་གཉིས། གཉིས་ཀྱི་  
 སྟོན་པས་སྤངས་ལམ་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་དང་། སྐྱུར་ལམ་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ནང་  
 རྒྱུད་ཀྱི་བཀའ། ཐོལ་ལམ་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་གསང་རྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་དང་གསུམ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པས་  
 ཆད་ཀྱི་སྟོན་པས་ཐེག་པ་རིམ་དགའི་བཀའ། གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པས་སྤངས་བྱུང་གཟུགས་ལ་སྟོན་





འབྲུག་པ་ཤོ་རིམ་དུ་བསྐྱབ་པའི་བཀའ་བརྟེན་དང་གསུམ། ༤)མིང་ཙམ་མཐུན་པའི་སྒྲོ་ནས་  
ཡང་དག་གསུམ་དང་རྩྱུར་རྩྱུར་དུ་གཉེ་བདུན། ཡང་དག་གསུམ་ནི། རོན་དང་རྩན་པའི་བཀའ་  
བརྟེན། རྩྱག་བསྐལ་སྤང་པའི་བཀའ་བརྟེན། བསྐྱབ་པ་ལྗུར་ལེན་པའི་བཀའ་བརྟེན་དང་གསུམ།  
རྩྱར་རྩྱུར་དུ་གཉི། རོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། རོན་ལོག་པའི་བསྟན་བཅོས། ངན་  
གཡོ་པའི་བསྟན་བཅོས། རྩྱང་བཙེ་བལ་པའི་བསྟན་བཅོས། ཐོས་པ་ཁོན་ལྗུར་ལེན་པའི་བསྟན་  
བཅོས། རྩྱང་པ་ཁོན་ལྗུར་ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས་བཅས་སོ། ། ༥)དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་  
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དངོས་སུ་བཀའ་ལ་འགྲེལ་བ་མ་ཡིན་པར་བཀའ་ཡི་རོན་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱང་སྟེ་བརྩམས་  
པའི་བཀའ་བརྟེན་དང་། དངོས་སུ་བཀའ་ལ་འགྲེལ་བ་བཟབ་སྟེ་བརྩམས་པའི་བཀའ་བརྟེན་གཉིས་  
བཅས་སུ་དབྱེ་བའོ། ། བཙའ་བླ་ཙུག་སྤར་རོ། །

ལ་རྒྱལ་པོ་དེ་གི་མཛེས་པ་སྒྲོ་བ་གཉེན་ཁའ་དུ་དཔལ་རྣམས་རང་གཞུང་གིས་རིག་ལམ་ཁུངས་ཀྱིས་གོ་སྒྲིག་གནང་  
བའི་ཆོས་དཔེ་འོས་སྒྲུང་པ་རྣམས་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ ལྷ་ ༩ པའི་ནང་གསུང་པུང་པོན་གྱི་བརྩན་འཕྲུང་དང་ལྷ་  
ཐུབ་པ་སྒྲོང་བཟུང་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆེན་མོས་ལྷ་རྩན་རིེད་གེ་པའི་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་གྱིས་ཁྲད་པ་འོ་ །

# ༡༥ གཤམ་མཁོན་པོ་ལྟུང་བཟང་གི་ཕྱི་ཕྱོད་ལྟུང་བཟང་། ཕྱི་ཕྱོད་ལྟུང་བཟང་།

ཆེ་རིང་བསམ་བློ།

དོན་གཉིས་མཐར་མཐོང་མི་འགྱུར་ཆུན་པོའི་སྐྱེ།  
བདེན་བཞི་གནས་ལྷགས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་སྐྱོད་གསུང་།  
ཉེ་རིང་ཀུན་བྲལ་བྲམས་དང་བཙེ་ཆེན་ཐུགས་།  
འགྲོ་ཀུན་སྒྲིམས་གཟིགས་སྤྱུའི་ཏོག་ལ་འདུད་།  
འཇམ་མགོན་ཡེ་ཤེས་སེམས་པའི་རྣམ་རེལ་གྱིས་།  
ས་ལམ་སྐྱེ་རིངས་སྒྲུང་བའི་དམ་ཆོས་བཅུད་།  
པཎ་ཆེན་གང་གིས་སྒྲོང་གསུམ་ཀུན་བསྐྱབས་ནས་།  
༥



དགའ་བ་ཀྱལ་མཆན་ཕྱགས་བརྒྱར་སྒྲེང་པོར་འདྲ།

གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་བཀོ་སྐལ་དུ་གྱུབ་པའི།།

གངས་ཅན་རིས་མེད་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་མགོན།།

གངས་ཅན་ཆོས་རྒྱུད་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱུན་མཆོག །

གངས་ཅན་མགོན་པོ་མཆོག་ལ་གུས་བརྟུང་ནས།



གངས་ལྗོངས་བདེ་ལྡན་ལ་དབང་ཐོབ་པའི།

བདག་གི་བསེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞལ་སྒྲོ་ནས།

བྱང་བའི་ཆོག་གི་བདུད་ཅི་འེ་བེགས་མ་འགའ།

རང་མཉམ་ཆོགས་ལ་ཕན་པའི་དགོད་ལ་སྒྲོ།

མཚན་དོན། དེ་ཡང་བརྟན་བཅས་འདིའི་མཚན་ལ། དག་པར་བྱང་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་  
 རིན་ཆེན་གྱི་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནི། བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་  
 གྱི་མིང་ཆོག་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གང་ལ་གང་སྒྲིབ་པའི་གནད་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་  
 བྱིང་འབྲུལ་པའི་ཆོགས་ཀྱན་དག་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་གི་སྒྲིབ་ལེགས་བྱིང་ཡིད་ལ་གཟུང་བདེ་བར་  
 སྒྲིབ་པའི་བརྟན་བཅས་རིན་པོ་ཆེའི་གྱི་མཚོ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །ཞེས་པའོ། །ཡང་  
 ཆོགས་པར་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྐལ་པའི་གཞི་གཙོ་པོར་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་བརྟན་བཅས་འདིའི་  
 མཚན་ལ་བྱིས་པ་དག་ཡིག་ཅེས་གྲང་གྲགས་སོ། །

སྒྲིག་པའི་སྒྲུབ་སྒྲིག་འཛུགས་པ། ཅ་བ་ལས། ཟླ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ལ་སྒྲིག་འཛུགས་ལོ།

རྟེན་གྱི་སྒྲོལ་བུ་མཆོད་པ་དང་། རྟེན་གྱི་སྒྲོལ་བུ་མཆོད་པ་དང་། རྟེན་གྱི་སྒྲོལ་བུ་མཆོད་པ་དང་།  
འཕྲུལ་ཤིང་མཆོད་པ་དང་། རྟེན་གྱི་སྒྲོལ་བུ་མཆོད་པ་དང་། རྟེན་གྱི་སྒྲོལ་བུ་མཆོད་པ་དང་།

དབུངས་ཀྱི་མོ་དོན་ནི། གསལ་བྱེད་ཀྱི་བརྗོད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་མན་  
འདོགས་པའི་ང་འོ་མ་པ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེའི་གལ་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཨི་ཏུ་ཨེ་ཨོ་བཞིའོ།

གསལ་བྱེད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། རང་གི་བཟོད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་རང་གྲོགས་  
དབྱེད་ས་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་ཡེ་གོ་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཀ་ནས་ཨའི་བར་སྐུམ་  
ཅུ་ལོ།

ཅུ་བ་ལས། སྤྱིན་འདྲུག་ལྔ་དང་མཐའ་བརྟེན་རྟེན་པ་བརྒྱད།

ཡི་གེ་ཐུད་དང་བརྒྱ་གསུམ་ཡིན།། མོང་དུ་བརྟན་པའི་གསལ་ཐུད་  
སུམ་ཅུ་དེ་དག་ལས་མིང་གཞིའི་ཐོན་དུ་འབྱུག་པའི་ཡི་གེ་ཟུང་མིང་གཞིའི་མཐའ་ཉེན་པ་སྟེ་  
རྗེས་སུ་འབྱུག་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་ཅེས་ཁྱོན་བརྗོན་པས་ཡི་གེ་ཐུད་དང་བརྒྱ་གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་རྗེས་འབྱུག་བརྒྱ་ལས་ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འབྱུག་ཡིན་པས་ལོགས་སུ་  
བཞོན་ནས་མཐའ་ཉེན་ཡི་གེ་བརྒྱད་དང་། ག་ཡིག་ཐོན་འབྱུག་གི་ནང་ནས་འགོ་རྒྱུག་ཆུང་པས་  
ཐུད་ཀར་བཙིས་ནས་ཐུད་དང་བརྒྱ་གསུམ་སྟེ་བརྒྱ་གཉིས་དང་ཐུད་ཀ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།།

ཏུ་བ་ལས།      ག་ད་བ་མ་འ་རྒྱལ་ས་ནི།

ཡུལ་ཉེ་འཕུལ་ཕྱིད་ལྔ་རུ་གྲགས་པ་ཡིན།།

གོང་དུ་བཞུགས་པའི་སྤྱོད་འདུག་ལྔ་ནི། ག་ད་བ་མ་འ་ན་མས་སོ། ཉེ་དག་ལ་འཕུལ་ཕྱིད་ལྔ་  
 རུ་གྲགས་ཏེ་དེ་དག་གིས་མིང་གཞི་ཡི་གེར་འཕུལ་བར་བྱེད་པས་སོ། འདིར་འཕུལ་ཕྱིད་ལྔ་  
 ཞེས་པ་ནི་སྤྱོད་འདུག་བཞི་དང་ཕྱིད་ཀའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། ཕྱིད་ནི་སྤྱོད་འདུག་དང་པོ་ག་ཡིག་  
 ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འདུག་ནང་ཁུལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཆེ་རྒྱུ་དབང་གིས་སྤྱོད་འདུག་ག་ཡིག་ཕྱིད་ཀར་བཞག་  
 ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྱོད་འདུག་ལྔ་ཡི་ནང་ནས་བ་ཡིག་རྒྱུ་བརྟེན་པ་འདོགས་གསུམ་ལ་འདུག་པས་  
 འགྲོ་རྒྱུ་ཆེ་གོས་ཡིན། གཞན་སྤྱོད་འདུག་ད་མ་འ་གསུམ་ནི་རྒྱུ་འདོགས་གཉིས་ཙམ་ལ་འདུག་  
 པ་དང་། ག་ཡིག་གཅིག་ཕྱི་མིང་གཞི་རྒྱུ་པ་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་མི་འདུག་པས་ཕྱིད་ཀར་བཞེད་  
 ཏོ། འདིར་བཞུགས་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་གོ་དོན་བརྟེན་པ་འདོགས་མེད་པའི་ཡི་གེ་ལ་གོ་དགོས་སོ། རྒྱུ་  
 པའི་གོ་དོན་གཤམ་དུ་འཆད་པར་བྱ། སྤྱོད་འདུག་ འཕུལ་ འཕུལ་རྟེན་གསུམ་དོན་གཅིག་  
 མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། སྤྱོད་འདུག་ལྔའི་དཔེར་བཞིན་ནི། གསང་། དབང་། བསལ།  
 མཐུན། འཁོར་ལྔ་བུའོ། གཞན་ཡང་སྤྱིར་ལ་བཏགས་མགོ་ཅན་མ་ཡིན་ཡང་སྐབས་འགར་  
 ལ་བཏགས་བརྟེན་མར་བརྟེན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ལ་བཏགས་ལ་སྤྱོད་འདུག་ཐོབ་ན་བ་ཡིག་  
 ཁོ་ན་ལས་མི་འདུག་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་འཛོག་པར་སྒྲམ་སོ།།

ཅ་བ་ལས། ག་ད་ན་བ་མ་དུག །

ར་ལ་ས་དང་བཅས་པ་རྣམས།།

མཐའ་བརྟེན་རྟེན་ཡི་གེ་དག་ཡིན་ནོ།།

གསལ་ཕྱིད་སུམ་རྩའི་ནང་ནས། ག་ད་ན་བ་མ་དུག་དང་། ར་ལ་ས་བཅས་པ་  
 རྣམས་ལ་མཐའ་རྟེན་ཡི་གེ་དག་ཞེས་བཞིན་རུང་ཏེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེའི་མཐའ་ན་རྟེན་པའམ་  
 གནས་པས་སོ། རྟེན་འདུག ། མཐའ། མཐའ་རྟེན། རྟེན། འདུག་པ། མིང་མཐའ་བཅས་  
 དུག་ནི་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། རྟེན་འདུག་བརྩའི་དཔེར་བཞིན་ནི། ལོག



སུ་མེད་པས་སོ། ཞེས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ཀྱི་དེ་ཉིད་ལས། རྟེན་ན་ལྟ་བུར་མངོས་  
པའི་ཡིག་གསུམ་ནི། གི་གྲུ འབྲེང་བུ། ན་རོ་གསུམ་དང་། འོག་ན་གདན་ལྟར་  
མངོས་པ་གསུམ་ནི། ཞབས་ཀྱ། ལ་བཏགས། ར་བཏགས་བཅས་སོ། རྒྱབས་འདིར་  
བཞུན་པའི་བྱ་བྱག་གོང་དུ་བཀོད་པ་བཞག་ན་བྱབ་ཆུང་བར་མངོན་ཏེ། བཅེགས་མ་དང་མ་  
བཏགས། ལ་བཏགས་མ་འདུས་པས་སོ། དེ་ལྟར་ན་བཅེགས་མ་དང་མ་བཏགས། ལ་བཏགས་  
ཅན་ལ་འམཐའ་དངོས་སུ་འབྲི་དགོས་པར་བཞུན་པར་ཐལ་པར་གྱུར་བས་བཀས་བཅད་དང་  
འགལ་ལོ། དེས་ན་འདིར་བཞུན་གྱི་བྱ་བྱག་ནི། དབྱངས་བཞི་དང་བཅེགས་འདོགས་གཉིས་  
ལ་བཤད་དོ། འདིར་བཞུན་གྱི་བྱ་བྱག་ནི་ལྗོན་དབང་རྒྱབས་ཀྱི་ཚ་བ་དང་མཐུན་ཆེ་བའོ།  
བྱིས་པ་དག་ཡིག་གི་རྒྱང་པའི་ཡི་གེ་ནི། དབྱངས་བཞི་དང་བཅེགས་འདོགས་མེད་པ་ཞིག་  
ལ་འཛོག་པས་ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་རྒྱབས་ནས་བཞུན་པ་དང་མཆུངས། དེ་གཉིས་རྒྱབས་  
སུ་བཞུན་པའི་རྒྱང་པ་ནི་འཛུགས་འདུག་དངོས་སུ་འབྲི་དགོས་དང་མི་དགོས་པའི་བྱུད་པར་ཤེས་  
པའི་ཆེད་དུ་འོ།

ནགས་འདུག་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱང་པ་ནི། བཅེགས་འདོགས་མེད་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས།  
དེའི་རྒྱབས་ལྗོན་འདུག་གི་འཕུལ་ཚུལ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱང་པ་འོ།  
དག་ཡིག་དག་ལྗོན་དང་ཟེ་མ་ཏོག་གི་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱང་པ་ནི། ལྗོན་འདུག་དང་བཅེགས་མ་  
མེད་པ་ཅམ་ལའོ། ། དེ་ཡང་དག་ཆ་ཅམ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱང་པ་ཡིན་ནོ།

- ག་ང་གཉིས་ལ་གི་འོང་སྟེ།
- བདག་གི་ཁོང་གི་ལྟ་བུའོ།
- ན་མ་ར་ལ་བཞི་པོ་གི།
- གནམ་གྱི་བར་གྱི་གཞན་གྱི་དང་།
- ད་བ་ས་ཡི་རྩེས་སུ་གྱི།

ཡོད་ཀྱི་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ནི།

བྱས་ཀྱི་བག་ཡོད་ཀྱི་ཞེས་པ།

དེ་འབྲེལ་གྱི་བྲག་དགོས་པར་བཤད།

ཅེས་ཆོག་སྤྱི་བཅད་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་ལྟར་ཡི་ལྟར་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་གསལ་  
བར་བཞུགས་པས་གཞན་དོན་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
ཁོང་དུ་ཆུད་དགོས་པ་བྱུགས་ལ་བཞུགས་ཏེ། དེ་ཡང་། རྩེས་འབྲེལ་ཡི་གེ་ག་དང་ད་གཉིས་ལ་  
ཡི་ལྟར་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
མ་ར་ལ་བཞུགས་པས་ཡི་ལྟར་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
བྱུང་། ལ་མཐར་ཀྱི་འབྲེལ་པའི་དཔེར་བཞིན་ཅུ་བར་མ་གསལ་ཡང་། ཞལ་གྱི་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
འབྲེལ་ད་བས་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
ཡོད་ཀྱི་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
དགོས་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་སྤྱི་ཕྱོད་ལྟུང་པ་  
ལ་བཞུགས་དགོས་པར་བཞུགས་ཏེ། ॥

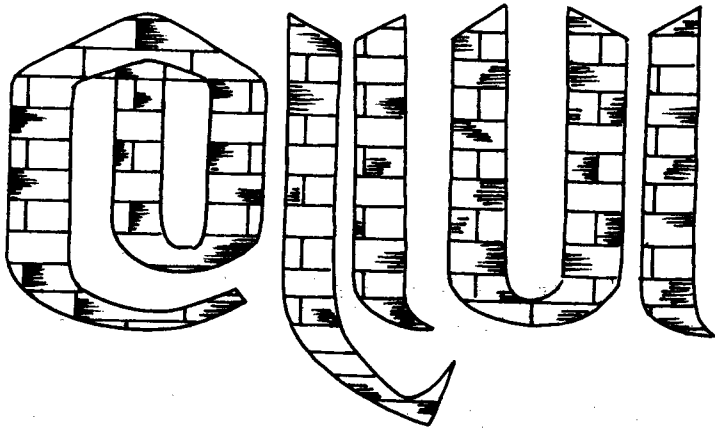
ཆོ་རིང་བསམ་བློ་ལགས་ནི། ད་ལྟོ་བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་འགན་འཛིན་རེད།

# ཡིག་གཟུགས་དཔེ་གསར་ཁག་ཅིག

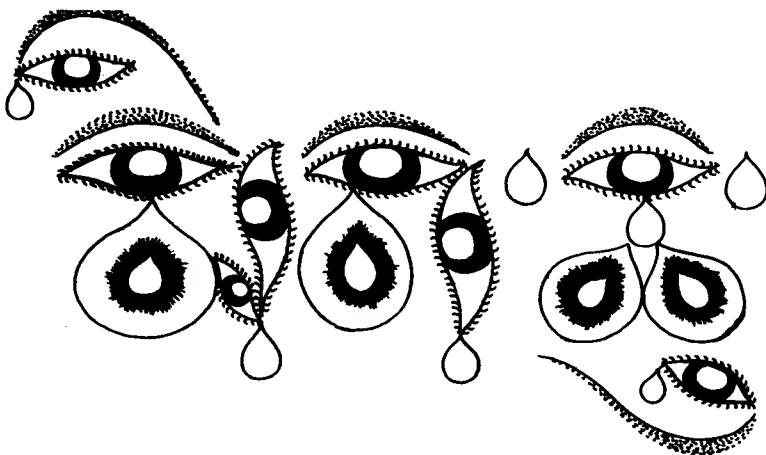
མཛུགས་པ་

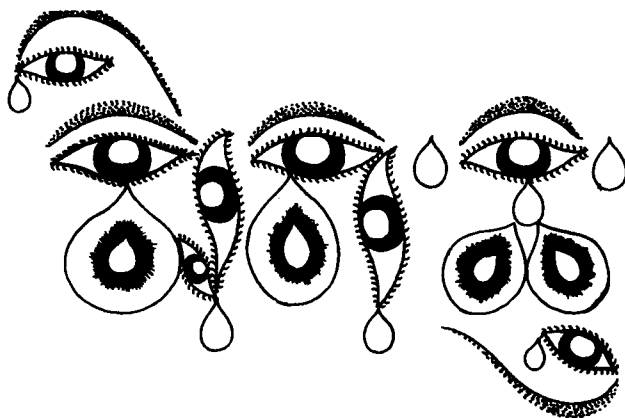
བློ་སྒྲུབ་པ་ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་  
བློ་སྒྲུབ་པ་ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་



















SHERIG Journal  
Department of Education (CTA)  
Gangchen Kyishong  
Dharamsala-176215  
H.P INDIA